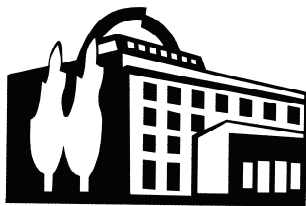


НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ЧЕРНІГІВСЬКИЙ КОЛЕГІУМ»
імені Т.Г. ШЕВЧЕНКА

ІННОВАЦІЙНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ: ЗМІСТ, НАПРЯМИ І ТЕХНОЛОГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ

МАТЕРІАЛИ VI ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
МОЛОДИХ ВЧЕНИХ І СТУДЕНТІВ
(м. Чернігів, 16 травня 2019 року)



Чернігів
2019

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

- М. О. Носко** – доктор педагогічних наук, професор, дійсний член (академік) НАПН України, Відмінник освіти України, Заслужений діяч науки і техніки України, ректор Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка (голова);
- С. В. Гаркуша** – доктор педагогічних наук, професор, декан факультету фізичного виховання Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка;
- А. О. Жиденко** – доктор біологічних наук, професор, завідувача кафедрою біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка;
- Л. Л. Лисенко** – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки, психології та методики фізичного виховання Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка;
- Г. І. Жара** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка;
- Ю. Д. Бойчук** – доктор педагогічних наук, професор, проректор з наукової роботи Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди;
- М. В. Гриньова** – доктор педагогічних наук, професор, заслужений працівник освіти України, член-кореспондент НАПН України, декан природничого факультету Полтавського національного педагогічного університету ім. В.Г. Короленка;
- С. В. Страшко** – кандидат біологічних наук, професор, завідувач кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя та здоров'я Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, м. Київ
- А. І. Босенко** – кандидат біологічних наук, доктор педагогічних наук, приват-професор, завідувач кафедри біології і охорони здоров'я Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського, м. Одеса.

I 66 Інноваційні трансформації освітнього простору: зміст, напрями і технології реалізації: Матеріали VI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених і студентів (16 травня 2019 року, м. Чернігів) / Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка / відп. ред. Г. І. Жара. – Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2019. – 140 с.

У збірнику матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної конференції представлені результати наукових досліджень молодих вчених, аспірантів, студентів, учнів – членів Малої академії наук України, присвячені практичним питанням розробки і впровадження освітніх інновацій, теорії і методики навчання шкільних предметів в умовах реалізації концепції сталого розвитку в освіті, міждисциплінарним аспектам здоров'язбереження різних груп населення, фізичної терапії, ерготерапії, сенсорної інтеграції, технологіям організації здоров'язбережувального освітнього середовища. Збірник адресований молодим науковцям, викладачам, студентам, аспірантам та особам, які зацікавлені у питаннях педагогічної інноватики та здоров'я людини.

Друкується за рішенням вченої ради
Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка
(протокол № 9 від 24 квітня 2019 року)



Секція 1. ПЕДАГОГІЧНІ ІННОВАЦІЇ В ОСВІТІ: ДОСВІД ВПРОВАДЖЕННЯ

УДК 81'1:001.895

Базиляк Н. О., Матвіяс О. В.

МОВНІ СТРАТЕГІЇ ЯК ІННОВАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ У СУЧАСНІЙ ОСВІТІ

У дослідженні заторкуються питання сучасних підходів до вивчення іноземних мов. Розглянуто вплив глобалізаційних процесів на формування мотиваційних чинників до володіння іноземними мовами. Окреслено найновітніші методи, за якими бачиться перспектива у вітчизняній системі освіти.

Ключові слова: лінгвістичні тенденції, іноземні мови, освіта.

Вступ. На сучасному етапі розвитку людства теоретичне і практичне осягнення мовних стратегій актуалізується під впливом низки чинників, які можна окреслити як глобалізаційні тенденції. Оскільки наслідки впливу цих тенденцій стосуються і засобів передачі інформації, то це потребує відповідного коригування мовної політики, мовних стратегій і технологій. Констатується, що сам термін «мовні стратегії» [3] використовується дуже рідко навіть на сьогодні. Йдеться про виділення в окрему групу навчальних стратегій при опануванні іншомовною комунікативною компетенцією [2].

Метою дослідження є ідентифікація навчальних стратегій, які застосовуються при вивченні іноземних мов у сучасних навчальних закладах.

Завдання: зробити аналіз мовних стратегій, які застосовуються на практиці при вивченні іноземних мов у сучасних навчальних закладах.

Результати досліджень та їх обговорення. До прямих навчальних стратегій належать: стратегії запам'ятовування; пізнавальні стратегії; компенсаторні стратегії. До складу непрямих навчальних стратегій відносяться: метакогнітивні стратегії; емоційні стратегії, соціальні стратегії. На сьогодні існують три типи стратегій, які у прямий чи опосередкований спосіб впливають на процес вивчення іноземних мов: безпосередньо стратегії навчання; комунікаційні стратегії; соціальні стратегії [1]. Варто окремо зупинитись на змісті і значенні стратегічної компетенції. Поняття стратегічної компетенції розглядається методистами через призму таких семантично споріднених понять як: стратегії навчання; автономія суб'єктів навчання; індивідуально-раціональний стиль діяльності; соціально-когнітивні стилі навчання.

Для забезпечення мовних стратегій у відкритому суспільстві зростає значення таких складових освітнього процесу: розвиток мовних і мовленнєвих знань і вмінь; теоретичної і практичної мовно-комунікативної компетенції; набуття навичок і забезпечення узгодженості, цілісності і єдності всіх складових такої компетенції; розвиток і підвищення рівня загальної здатності до спілкування, комунікативної складової фахівця у будь-якій галузі; впровадження прийомів активізації самостійної навчально-пізнавальної активності студентів у вивченні і використанні іноземних мов; реалізація технологій навчання окремих дисциплін або вивчення окремих тем із використанням принаймні світових мов; корисними є проведення круглих столів із актуальних проблем сучасності з використанням учасниками різних мов, із застосуванням лінгафонної техніки перекладу і без неї; підвищення уваги до змісту мовлення та вдосконалення важливих мовленнєвих умінь в їх єдності та взаємозв'язку.

До найновітніших методів відноситься розвиток дистанційного інтерактивного навчання. Для розвитку цих методів характерний мультимедійний підхід, методи індивідуалізованого викладання і навчання, для яких характерні взаємини студента з викладачем чи студента з іншим студентом (навчання «один до одного»). Ці методи, властиві традиційній освітній системі, одержують новий розвиток на базі сучасних інформаційних технологій; методи, для яких характерна активна взаємодія між усіма учасниками освітнього процесу (навчання «багато до багатьох»). Розвиток цих

методів пов'язаний з проведенням навчальних колективних дискусій і конференцій.

Висновки. Відповідно до державного стандарту освіти, мета і завдання навчання іноземних мов у закладах вищої освіти зумовлені тими функціями, які ця дисципліна виконує у загальній системі освіти. До них належать: практична функція, яка забезпечує формування комунікативної компетенції студентів; загальноосвітня функція, що передбачає формування у студентів елементарної лінгвістичної компетенції, ознайомлення із культурою країни, мова якої вивчається та професійної компетенції; виховна функція, спрямована на формування та розвиток у студентів системи етичних цінностей.

Використані джерела

1. Базиляк Н.О. (2012). Практика як основа реалізації мовних стратегій у полікультурному просторі. Автореферат. К. 23 с.
2. Мартинова Р. Ю. (2004). Цілісна загальнодидактична модель змісту навчання іноземних мов: [Монографія]. К.: Вища школа, 454 с.
3. Скубашевська Т. С. (2005). Мовні стратегії у формуванні міжкультурного діалогу у європейському просторі (соціально-філософський аналіз). Ін-т вищ. освіти АПН України. К. 19 с.

Bazyliak N. O., Matviyas O. V.

LINGUISTIC STRATEGIES AS INNOVATIVE TECHNOLOGY IN MODERN EDUCATION

Some theoretical and methodical principals of linguistic strategies are presented in the paper. The concepts of linguistic strategies are exposed in pedagogics as aggregate of technologies. The analysis of foreign languages teaching and linguistic practices is done, the feature of organization and realization of linguistic practice are exposed in the conditions of polycultural space, it is rotined as intensification of linguistic practice influences facilities of educational technologies on the process of foreign languages study. Technology of development of a perspective teacher's communicative competence and the conceptual model of this technology should be developed for realization of linguistic strategies in polycultural space.

Key words: *linguistic tendencies, foreign languages, education.*

Стаття надійшла до редакції 21.03.2019 р.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЗДІЙСНЕННЯ ФОРМУВАЛЬНОГО ОЦІНЮВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті розкрито поняття формувального оцінювання та необхідність його здійснення в школі, наведено основні підходи до визначення його суті. Здійснено аналіз проблеми у фахових джерелах, наведені окремі методичні рекомендації. Розглянуті особливості Свідоцтва досягнень учнів та необхідність його використання в школі.

Ключові слова: формувальне оцінювання, методики організації формувального оцінювання.

Вступ. Після затвердження Концепції Нової української школи, відбулись зміни у підходах до оцінювання результатів навчання. Одним із таких підходів є формувальне оцінювання, яке дозволяє створити можливість учителю відслідковувати процес просування учня до навчальних цілей і вчасно вносити корективи в освітній процес [5].

Мета та завдання роботи полягають у визначенні потреби здійснення вчителем формувального оцінювання.

Методи дослідження: теоретичний аналіз фахових літературних джерел.

Результати досліджень та їх обговорення. Згідно із Законом «Про освіту» оцінювання навчальних досягнень учнів початкових класів експериментальних закладів освіти здійснюється відповідно до Орієнтовних вимог до контролю та оцінювання навчальних досягнень учнів початкової школи, затверджених відповідним наказом Міністерства освіти і науки України.

З упровадженням ідей НУШ МОН запропонувало нову модель оцінювання, що ґрунтується на описовому формувальному оцінюванні. Раніше дане оцінювання не використовувалось вчителями нашої країни. Наші педагоги знають, як оцінити результат навчання, але не завжди знають, як оцінити процес навчання і рівень сформованості компетентностей [2].

Спираючись на дослідження зарубіжних вчених (Ф. Перрену, Б. Коуві, Б. Белл, П. Блек), О. Локшина дала своє пояснення поняття «формувальне оцінювання – інтерактивне оцінювання учнівського прогресу, що дає змогу вчителям визначати потреби учнів, адаптуючи до них процес навчання» [3]. За словами В. Борисенка, «формувальне оцінювання – це цілеспрямований неперервний процес, під час якого формується культура спільного обговорення у класі, розвиваються навички критичного і творчого мислення, а також формується середовище, що заохочує учнів запитувати».

Метою формувального оцінювання вважають підтримку навчального поступу учнів; формування в учнів упевненості у собі, наголошуючи на сильних сторонах, а не на помилках; діагностування досягнень на кожному з етапів навчання тощо. В основі формувального оцінювання – позитивне оцінювання. Більшість учнів сприймають оцінку як оцінювання себе особисто, тому негативна оцінка в їхньому розумінні – це негативне ставлення до себе з боку вчителя. Методичні рекомендації пропонують, як запобігти цьому: позитивно ставитись до учня як до особистості та до старань, які він спрямовує, щоб розв'язати завдання [4; с. 121–122].

Для здійснення формувального оцінювання створено Свідоцтво досягнень учня, яке потрібне для того, щоб дати батькам і учням зворотній зв'язок про те, що відбувалося протягом навчального року чи семестру [1].

Висновки і перспективи подальших розвідок. Навчання й оцінювання – нероздільні процеси, тому використовуючи формувальне оцінювання на уроці, педагог допомагає учням відчувати впевненість у тому, що кожен із них здатен покращити свої результати, оскільки учням наводяться приклади того, що від них очікують. Що стосується подальших розвідок, вважаємо доречним введенням в практичну діяльність в системі педагогічної освіти спецкурсу для студентів спеціальності «Початкова освіта» із проблеми формувального оцінювання.

Використані джерела

1. Кабан Л. В. Формувальне оцінювання навчальних досягнень учнів у новій українській школі URL: https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=4471

2. Концепція «Нова українська школа». URL: <http://mon.gov.ua/202016/12/05/konczepczyia.pdf>
3. Морзе Н. В. (2013). Формувальне оцінювання: від теорії до практики. *Інформатика та інформаційні технології*. № 6. С. 45–57.
4. *Нова українська школа: poradnik dla vchytelja (2017) / Під заг. ред. Бібік Н. М. Київ: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди». 206 с.*
5. Онопрієнко О. В. (2016). Формувальне оцінювання навчальних досягнень учнів. *Український педагогічний журнал*. Випуск № 4. С. 36–42.

Benza N. S.

Scientific supervisor: Vasyutina T. M.

THEORETICAL PRINCIPLES OF IMPLEMENTATION OF FORMATIVE ASSESSMENT OF YOUNG SCHOOLS

The article deals with a new model of evaluation, based on descriptive formative assessment; the concept of formative assessment, the purpose of this assessment, the necessity of its implementation in the school and the basis of the formative assessment are disclosed; the main approaches to determining its essence are given. The information on the requirements for assessing the educational achievements of 1st-class students in experimental schools is revised. The analysis of the problem in the professional sources is carried out, the methodical recommendations are given. The features of the Certificate of achievement of students and necessity of use in school are considered.

Key words: *new Ukrainian school, evaluation, formative assessment, methods of organization of formative assessment.*

Стаття надійшла до редакції 28.03.2019

Вітченко А. М., Корнева А. О., Коваленко А. М.

ХАРАКТЕРИСТИКА СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ВІЗУАЛІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ ДЛЯ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті проаналізовано необхідність використання візуальних засобів подання навчального матеріалу дітям шкільного віку. Охарактеризовано дидактичну спрямованість технологій візуалізації навчального матеріалу та визначено проблеми, щодо їх використання у навчально-виховному процесі дітей шкільного віку.

Ключові слова: *візуалізація, технології, діти шкільного віку.*

Вступ. В останні роки сучасний світ зазнав значної інформатизації, що вносить певні корективи як у наше буденне життя, так і у загальноосвітній процес. Перед вчителем стоїть першочергове завдання – зосередити увагу дитини на об'єкті навчання, зуміти виокремити, виділити та довести до сприйняття учня потрібний освітній матеріал. Відтак виникає необхідність пошуку нових способів подання інформації у стислому, компактному, але й одночасно цікавому та привабливому вигляді, щоб мотивувати дітей до пізнання, активізувати їх навчальну та пошукову діяльність. Такі можливості мають, зокрема, сучасні засоби візуалізації навчального матеріалу.

Теоретичні основи візуалізації навчального матеріалу відображені у працях провідних дослідників А. О. Вербицького, В. В. Давидова, З. І. Калмикової та інших. Особливості застосування візуалізації у навчальному процесі досліджувалися Г. В. Брянцевою, В. В. Койбічук, В. П. Кузовлевою, Н. М. Манько, Є. В. Поляковою та іншими.

Мета дослідження – охарактеризувати сучасні технології візуалізації навчального матеріалу для дітей молодшого шкільного віку.

Завдання дослідження

1. Визначити та охарактеризувати сучасні технології візуалізації навчального матеріалу для дітей молодшого шкільного віку.

2. Виокремити позитивні та негативні сторони сучасних технологій візуалізації навчального матеріалу.

Методи дослідження – аналіз, синтез та узагальнення.

Результати дослідження. На основі аналізу літературних джерел термін «візуалізація» (від латинського *visualis* – «зоровий») має різні тлумачення у психолого-педагогічній літературі стосовно до знань та інформації [2]. Найближчим до нас визначенням візуалізації в рамках цієї статті є прийоми і методи представлення інформації у вигляді, зручному для зорового спостереження. У сучасному інформаційно-комунікаційному просторі великого розповсюдження набувають такі технології візуалізації: інфографіка, сторітелінг, скрайбінг, скетчноутинг тощо. У таблиці 1 наведено коротку характеристику вказаних вище технологій.

Таблиця 1

Сучасні технології візуалізації навчального матеріалу

Дидактична спрямованість	Проблеми реалізації
Інфографіка (« <i>Information</i> » і « <i>Grafics</i> » – « <i>Infografics</i> » – «графізм інформації») – це візуальне комплексне подання текстової і графічної інформації з метою стислого і яскравого відображення певного факту, процесу, події [1; 2].	
<ul style="list-style-type: none">▪ оптимальний інструмент подання навчального матеріалу для покоління Z;▪ розвиваються вміння критичного аналізу змісту інформації (контент-аналізу);▪ допомагає передавати інформацію більш сконденсовано та зрозуміло;▪ полегшує сприйняття інформації (перевантаженої статистичними даними).	<ul style="list-style-type: none">▪ необхідність володіння технологіями подання знань у «стислому» вигляді;▪ знання правил і прийомів композиції та колористики;▪ вміння володіти програмами та сервісами для створення інфографіки (Vizualize, Google Developers, Easel.ly, Piktochart Infogr.am тощо).

Дидактична спрямованість	Проблеми реалізації
<p style="text-align: center;">Сторітелінг <i>(story</i> означає історія, а <i>telling</i> – розповідати) – це ефективний метод донесення інформації до аудиторії шляхом розповідання смішних, зворушливих або повчальних історій з реальними або вигаданими персонажами. Вперше широкій аудиторії представив його керівник корпорації з США Armstrong International Девід Армстронг [1; 3].</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ допомагає реалізувати індивідуальний підхід до навчання; ▪ підвищує рівень зацікавленості дітей; ▪ не потребує витрат та може бути використаний в будь-якому місці; ▪ розвиває уяву, фантазію, креативність та знімає психологічне напруження. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ вміння володіти сучасними програмами створення відео, мультфільмів (Doodle video, Sparkol Videoscribe тощо); ▪ можливість використання лише як мотиваційно-комунікаційного компоненту, а не цілісної технології.
<p style="text-align: center;">Скрайбінг <i>(«scribe»</i> - накидати ескізи або малюнки) – це мистецтво візуального мислення та графічного способу спілкування із аудиторією, яка полягає у створенні ряду невеликих, нескладних, але зрозумілих малюнків безпосередньо під час пояснення певного матеріалу. Одним із перших, хто здогадався використовувати скрайбінг, став американський викладач Пол Богуш [1; 4].</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ залученість та увага аудиторії; ▪ універсальність та доступність технології; ▪ якісне та зручне засвоєння інформації та швидка її передача; ▪ розвиток критичного мислення та пізнавального інтересу; ▪ можливість безперервного спілкування зі слухачами. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ велика затрата часу на створення скрайбу; ▪ вимогливість до підготовленості вчителя у технологічному плані; ▪ бажання до освоєння нових ІКТ.
<p style="text-align: center;">Скетчноутинг <i>(«scetch»</i> – ескіз, замальовка і <i>«note»</i> – занотовувати, робити примітки) – можливість коротко та швидко фіксувати ідеї, поєднувати їх, а потім презентувати візуально [1].</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ краще засвоюється зміст навчального матеріалу; ▪ за рахунок замальовування встановлюються взаємозв'язки між певними поняттями та явищами; ▪ кольори допомагають у виділенні певних думок, встановленні пріоритетів у сприйнятті інформації. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ практика створення простих схематичних малюнків, що відображають певні образи, властивості, явища тощо; ▪ щоб навчитися робити скетчі, необхідно багато тренуватися.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Сучасні технології візуалізації навчального матеріалу – це високо-ефективний підхід до покращення якості освіти на різних рівнях. Проте, ефективність застосування візуальних засобів в освітньому процесі залежить не лише від дидактичних можливостей технологій, а й від готовності вчителя самостійно пізнавати та використовувати ці технології в освітньому процесі. У подальших дослідженнях нами планується визначити можливість впровадження технологій візуалізації до процесу фізичного виховання.

Використані джерела

1. Ljakhocjka, L. L. (Eds). (2018). Naukovo-metodychni osnovy tekhnologij navchannja v systemi vidkrytoji pisljadypломnoji osvity [*Scientific and methodical bases of application training technologies in the system of open postgraduate education*]. Kyiv, Ukraine: pp. 78-95.
2. Denysenko, S. (2018) Suchasni formy vizualnogho predstavlennja informaciji i mozhlyvosti jikh vykorystannja v informacijno-osvitnjomu prostori [*Modern forms of visual representation of information and the possibility of their use in the information and educational space*]. Suchasne reprodukovannja: inzhyniryngh, modeljuvannja, muljty- ta krosmedijni tekhnologhiji – Modern reproduction: engineering, modeling, multimedia and cross-media technologies. Retrieved from <http://ela.kpi.ua/handle/123456789/25350>.
3. Krutij, K. (2017). Storitelinh: mystectvo rozpovidannja, abo jak zacikavyty ta motyvuvaty ditej [*Storytelling: the art of storytelling, or how to interest and motivate children*]. Doshkiljne vykhovannja – Preschool education, 7, pp. 2-6.
4. Melenchuk, Ju. (2018). Skrajbingh – innovacijno-komunikacijna tekhnologhija [*Scraping – an innovation and communication technology*]. Formuvannja mekhanizmu zmicnennja konkurentnykh pozycij nacionalnykh ekonomichnykh system u ghlobalnomu, regionalnomu ta lokalnomu vymirakh – Formation of mechanism for strengthening the competitive positions of national economic systems in the global, regional and local dimensions. Retrieved from <http://elartu.tntu.edu.ua/handle/lib/25657>.

Vitchenko A. M., Kornieva A. O., Kovalenko A. M.

**THE CHARACTERISTICS
OF MODERN VISUALIZATION TECHNOLOGIES
OF EDUCATIONAL MATERIALS
FOR SCHOOL-AGE CHILDREN**

With the rapid development of modern society and a large flow of information, the need to find effective ways of perceiving and processing acquired knowledge is becoming more relevant.

In the article the necessity of using visual means of perception educational material by children of school age is actualized and the key technologies of visualization of knowledge are determined.

On the basis of the analysis of literary sources, the didactic orientation of educational material for visualization technologies is characterized and problems of their use in the educational process of school-age children are substantiated. It is determined that modern technologies of knowledge visualization are highly more effective tool for improving the quality of education at different levels.

Key words: *visualization, technology, school-age children.*

Стаття надійшла до редакції 08.04.2019 р.

МУЗИКОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ЛЮДИНИ

У статті розкриваються теоретичні і практичні аспекти музикотерапії у системному розумінні. Представлено приклади музичних творів, пісень, які сприяють гармонізації різних органів і систем організму згідно відповідних енергоцентрів. Показано можливості використання музикотерапії для формування і підтримання індивідуального здоров'я людини.

Ключові слова: індивідуальне здоров'я, музикотерапія, енергоцентр, тональність.

Вступ. Музикотерапія як засіб гармонізації психофізіологічного стану людини давно посіла чільне місце у психологічній, педагогічній та медичній практиці [1]. За принципом дії музику можна віднести до вібраційно-хвильових терапевтичних засобів, які діють насамперед на клітинному рівні, спричиняючи вібрацію (впорядковані дрібні рухи) і резонанс з певним типом клітин.

Учителі-практики, використовуючи на своїх уроках музикотерапію як здоров'язберезувальну технологію навчання і виховання, вважають її дуже перспективним напрямом для застосування у лікувальних цілях [1; 3; 5; 6]. Так, С. І. Березнякова, В. Вюнш, А. В. Латишева, О. В. Майстрова, Е. К. Профет, О. М. Сап'яник, А. В. Щевельова, І. М. Щербак та ін. експериментально доводять, що музикою можна заспокоїти, але можна привести в край збуджений стан, вона може зміцнювати імунну систему, що призводить до зниження захворюваності, поліпшити обмін речовин, активізувати відновні процеси [5, с. 496] і навіть впливати на розвиток цивілізації [4].

Однак, серед численної кількості емпіричних розробок із музикотерапії недостатньо системно обґрунтованих рекомендацій, які б допомогли усім охочим підбирати музичні твори згідно із потребами організму. На жаль, більшість із них формулюються інтуїтивно. Втім популярність цього засобу, що зростає, вимагає таких розробок, які могли б як пришвидшити пошук необхідного музичного твору, так і забезпечити його цілеспрямоване використання для терапії окремих органів і систем, а також усього організму.

Мета статті – розкрити систему практичного використання музикотерапії як засобу індивідуального здоров'язбереження людини.

Методи та організація дослідження. З метою вивчення теоретичного підґрунтя дослідження проведено аналіз та узагальнення даних науково-педагогічної, музичної, валеологічної літератури з впливу музики на організм людини. Практичне втілення результатів теоретичного пошуку здійснено за допомогою системного моделювання, аналітичного добору відповідних музичних творів і терапевтичних вправ.

Результати дослідження та їх обговорення. Вібрації, які спричиняються в організмі під дією звукових коливань, по-різному впливають на органи залежно від їх щільності, наявності та чутливості відповідних рецепторів. Крім того, цей вплив буде змінюватись залежно від тембру звуку, його тональності і темпоритму.

Терапевтичний вплив можна здійснювати декількома способами: під час проспівування звуків чи музичних творів певної тональності і ритму (розміру), під час їх прослуховування, або здійснення ендемічних (природних) рухів під музику. Цілеспрямованого впливу на окремі органи можна досягти, скориставшись нижче наведеною системою (таблиця 1). Під час розробки системи автори керувались універсальними закономірностями, викладеними у розробках В. А. Полякова зі співавторами [2] та Е. К. Профет [4].

У табл. 1 в узагальненому вигляді представлено основні енергоцентри (чакри) людини, відповідні їм органи, а також характеристики засобів музикотерапії, за допомогою яких здійснюється гармонізація цих органів.

**Система використання музикотерапії
як засобу індивідуального здоров'язбереження
людини**

Енергоцентр (відповідні системи органів)	Роз- мір	Тональ- ність	Звуки для проспіву- вання	Приклади музичних творів	Музичні інструменти
1. Муладхара (наднирники, сечовидільна система, пряма кишка, анус)	4/4	До (мажор, мінор)	«У» «Ю» «ОЙ»	Фокстрот, сиртаки, більшість маршів, п'єса (С. Франк) «Господи, помилуй нас» (Т. Петриненко), «Песня о капитане», «То не ветер ветку клонит»	Фортепіано, контрабас, віолончель, гітара
2. Свадхістана (гонади, статева система)	6/8	Ре (мажор, мінор)	«У» «Є»	Лезгінка, тарантела, «Рідна мати моя», «По садочку ходжу», Романс (А. Аренський), Прелюдія-експромт (М. Римський- Корсаков)	Саксофон, флейта
3. Маніпура (підшлункова залоза, травна система)	5/4	Мі (мажор, мінор)	«ОХ» «О» «А»	«Грустная песенка» (В. Калінніков), «Марс» і «Нептун» з сюїти Г. Хорста «Планети», хор дівчат з опери «Мазепа» П. Чайковського, «Сохнет, вянет в поле травка», «Не одна во поле дороженька»	Баян, акордеон, балалайка
4. Анахата (тимус, імунна система, серцево- судинна система)	3/4, 12/8	Фа (мажор, мінор)	«ІЯ» «О» «А»	Вальс, мазурка, полонез, менует, «Місяць на небі», «Ой, у Гаю при Дунаю», Елегія (А. Бабаджанян), Ноктюрн Сі мажор (Ф. Шопен), Прелюдія (О. Гречанінов)	Арфа, гітара, контрабас, віолончель, флейта- пікколо

Енергоцентр (відповідні системи органів)	Розмір	Тональність	Звуки для проспівування	Приклади музичних творів	Музичні інструменти
5. Вішудха (щитоподібна залоза, дихальна система)	12/4	Соль (мажор, мінор)	Короткі: «Є» «І» «У» «А» Високий «Є» «У» «І»	«Рулате», «Хвастать, милая, не стану», Маленький негр (К. Дебюссі)	Фортепіано, флейта, труба
6. Аджна (гіпофіз, периферична нервова система, опорно-руховий апарат, органи чуття, шкіра)	2/4	Ля (мажор, мінор)	Довгий «І» «І» «А»	Гопак, казачок, полька, танго, краков'як, Норвезький танок (Е. Гріг), «І на Марсе будуть яблони цвести», «Там, за облаками», «Я співаночку посію»	Скрипка
7. Сахасрара (епіфіз, центральна нервова система)	Без розміру	Сі (мажор, мінор)	«СІ» «Е» Довгий «І»	Органна музика	Орган, дзвоники

Висновки і перспективи подальших досліджень. Систематизація даних про застосування музики для гармонізації психофізичного стану організму і лікування від деяких захворювань дозволила звести їх у цілісну систему, яка візуалізує закономірності цього процесу.

Представлена система використання музикотерапії як засобу індивідуального здоров'язбереження людини може застосовуватись у практичній діяльності педагогів, а також слугувати методичним орієнтиром для різних верств населення, які піклуються про власне здоров'я.

Використані джерела

1. Вюнш В. (1997). Формирование человека посредством музыки : преподавание музыки в вальдорфской школе / перевод с нем. Н. Т. Григорьевой. М. : Парсифаль, Издательство Московского Центра вальдорфской педагогики. 160 с.

2. ИНТЕКО. Колледж системологии и кардинальной психодиагностики (2001). Кн. 1. / Сост. Т. И. Песина, А. А. Боляновская, Н. В. Малыгина. Мн. : ВЭВЭР. 136 с.
3. Майстрова О. В. (2017). Музикотерапія як здоров'язбережувальна технологія в практиці ДНЗ. *Педагогіка здоров'я : збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Чернігів, 7–8 квітня 2017 р.): [в 2 т.] / ред. кол.: С. М. Шкарлет [та ін.]. Чернігів. Т. 1. 595 с. С. 382–386.
4. Профет Э. К. (1977). Музыка определяет направление развития цивилизации. URL: <http://ezotera.ariom.ru/2017/01/29/music.html>
5. Сап'яник О. М. (2017). Здоров'язбережувальні технології на уроках трудового навчання *Педагогіка здоров'я: збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Чернігів, 7–8 квітня 2017 р.): [в 2 т.] / ред. кол.: С. М. Шкарлет [та ін.]. Чернігів. Т. 1. 595 с. С. 494–497.
6. Щербак І. М., Латишева А. В., Щевельова А. В., Березнякова С. І. (2017). Роль музикотерапії в формуванні здоров'я дітей. *Педагогіка здоров'я: збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Чернігів, 7–8 квітня 2017 р.): [в 2 т.] / ред. кол.: С. М. Шкарлет [та ін.]. Чернігів. Т. 1. 595 с. С. 582–584.

Kupriienko V. S., Zhara H. I.

MUSIC THERAPY AS A MEAN OF INDIVIDUAL HEALTH PRESERVATION

The article reveals theoretical and practical aspects of music therapy in the systemic sense. Examples of musical works, songs that promote harmonization of various organs and systems of an organism according to the corresponding energy centres are presented. The possibilities of using music therapy for the formation and maintenance of individual health of a person are shown.

The presented table shows the systemized data on energy centres and their corresponding organs, the tonalities and rhythms, useful for their therapy, as well as examples of sounds and songs for singing, and musical instruments.

Key words: *individual health, music therapy, energy centre, tonality.*

Стаття надійшла до редакції 23.03.2019 р.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОЕКТНОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ДОСЛІДНИЦЬКИХ УМІНЬ В УЧНІВ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

В умовах розвитку сучасної початкової загальної освіти важливим завданням роботи педагога є задоволення потреби молодших школярів у дослідницькій діяльності. Особлива увага приділяється формуванню в учнів ключових компетентностей та наскрізних умінь, в основі яких лежать власне дослідницькі вміння. Здійснено теоретичний аналіз даної проблеми у фахових виданнях і практиці роботи сучасної школи.

Ключові слова: дослідницькі вміння, проектна діяльність.

Вступ. З упровадженням Концепції «Нова українська школа» есе більшого поширення набуває дослідницька діяльність. Проблемі формування у молодших школярів навичок навчально-дослідницької діяльності присвячено наукові праці В. Андреева, Т. Байбари, Н. Бібік, О. Біди, О. Савченко, та ін.; особливості роботи педагога з формування дослідницьких умінь учнів початкової школи відображаються у працях І. Володарської, О. Савченко, Н. Тализіної, та ін.; види і класифікацію дослідницьких умінь досліджували: В. Андреев, О. Йодко, Н. Недодатко, та інші учені.

Так, В. Андреев під навчальними дослідницькими вміннями розуміє «... вміння застосовувати певні прийоми наукового методу пізнання в умовах рішення навчальної проблеми у процесі виконання навчально-дослідницького завдання» [1, с. 123]. Але далі автор дає пояснення, що навички дослідника передбачають вміння робити порівняння, аналіз, синтез, проводити виділення суттєвих ознак, а також узагальнення та висновки. У зв'язку з цим, В. Андреев виділяє чотири групи дослідницьких умінь учнів: операційні (порівняння, аналіз і синтез, узагальнення тощо);

технічні (уміння працювати з літературою, підбирати необхідний для дослідження матеріал); організаційні (визначати мету і завдання дослідження); комунікативні (вміння вести дискусію, встановлювати ділові взаємини з науковим керівником і товаришами) [1].

Тому метою роботи є теоретичний аналіз проектного навчання для формування дослідницьких умінь учнів нової української школи.

Результати досліджень та їх обговорення. Одним із варіантів комплексного вирішення проблеми формування в учнів дослідницьких умінь є навчальні проекти, які можуть виконуватись як у межах одного предмету, так і бути міжпредметними, мати різну кількість учасників, різні форми організації діяльності учнів у проекті тощо.

У контексті нашого дослідження цікавим є Міжнародний екологічний проект GLOBAL, у роботі якого взяли участь учні 4-го класу 304 ЗНЗ із поглибленим вивченням інформаційних технологій.

GLOBE в Україні (Global Learning and Observations to Benefit the Environment) – це частина міжнародної науково-освітньої програми, яка надає можливість учням від *п'яти до шістнадцяти років* та громадянам з усього світу брати участь у процесі збору даних та наукових дослідженнях для того, щоб робити внесок у наше розуміння Землі як системи та навколишнього середовища.

Програма GLOBE має п'ять основних напрямів дослідження: атмосфера, біосфера, гідросфера, ґрунт, земля як система [4].

У нашому дослідженні учні обрали напрям «Гідросфера» і працювали над проектом «Моє озеро» за такою тематикою завдань в групах: 1) історія виникнення озера та його назви; 2) властивості води; 3) рослини водойми; 4) тварини водойми; 5) заходи з охорони озера та навколоозерної території.

У процесі роботи над завданнями проекту учні, в ході екскурсій та польових досліджень, проводили заміри, спостереження, з'ясовували видовий склад рослин і тварин водойми, здійснювали відео- і фотофіксацію результатів роботи. Зібрана інформація уточнювалась за інформаційними ресурсами (видовий склад організмів, методики для дослідження якості води (з урахуванням віку учнів та базових знань)). У лабораторних умовах проводились спостереження і досліди із зібраними зразками (водою), створювались технічні ескізи і виготовлення приладу для фільтрації води, розводились мальки для запуску в озеро.

Наприкінці відбувалась підготовка фотоколажу та відеофільму про озеро, презентація і захист результатів роботи усіх груп, облаштування навколоозерної території.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Якщо співставити класифікацію дослідницьких умінь та зміст виконаної учнями роботи у проекті, можемо констатувати, що участь у Міжнародному екологічному проекті GLOBAL дійсно сприяла формуванню в них операційних, технічних, організаційних і комунікативних дослідницьких умінь.

Використані джерела

1. Андреев В. И. (1981). Эвристическое программирование учебно-исследовательской деятельности. М. : Высшая школа. 240 с.
2. Державний стандарт початкової освіти. URL: [newstandard.nus.org. ua/](http://newstandard.nus.org.ua/)
3. Концепція «Нова українська школа». URL: <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkola-compressed.pdf>
4. Програма GLOBE. URL: https://nenc.gov.ua/old/About_GLOBE.html

Osipova I. V.

Scientific supervisor: Vasiutina T. M.

THE EFFICIENCY OF PROJECT EDUCATION FOR FORMATION OF RESEARCHING SKILLS IN STUDENTS OF NEW UKRAINIAN SCHOOL

An important task of the teacher is to meet the needs of younger students in research activities. Particular attention is paid to the formation of key competences and skills of students based on their own research skills in the development of modern general education.

The theoretical analysis of this problem in professional editions and practice of modern school work is carried out.

Participation in the International Ecological Project GLOBAL contributed to the formation of students in operational, technical, organizational and communicative research skills.

Key words: *research skills, project activity.*

Стаття надійшла до редакції 17.03.2019 р.



Секція 2. СУЧАСНІ ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

УДК 796.85 (477):(091:71)

Булєєв М. В.

Наукові керівники: Жара Г. І., Сокол Є. М.

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ, ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ ТА ПРАВИЛА ХОРТИНГУ

Робота присвячена ознайомленню читачів з національним видом спорту України – хортингом. У статті розкрито історію розвитку, основні поняття про сутність і правила хортингу. Показано перспективи розвитку хортингу у світі, його роль у залученні молоді до занять бойовими мистецтвами і мотивації до здорового способу життя.

Ключові слова: хортинг, національні види спорту, правила, розділ, відмітний колір.

Вступ. Жителі Східної Європи, близькі до світу єдиноборств, нерідко чують назву «хортинг», проте важко розуміють, що він собою являє. До того ж мало хто знає, на території якої країни він почав свій шлях, обходячи за популярністю й ефективністю багато інших видів самооборони [4].

Хортинг – це національне українське бойове мистецтво, метою якого є навчання самообороні тих, чия статура або фізичні показники не дозволяють повноцінно перешкоджати нападу [4].

Історія хортингу починається ще за радянських часів, коли у групи ентузіастів і тренерів, які досягли вершин у багатьох видах бойових мистецтв, з'явилася ідея об'єднати їх в єдину школу, яка буде поєднувати найефективніші і корисні сторони різноманітних напрямків. Назву ж було придумано, спочатку виносячи ідею відродження української самобутності від острова Хортиця, який був також і неприступною фортецею, а вже англійське закінчення *-инг* було додано для співзвучності. Найперший і відомий «Хортинг

клуб» з'явився в Дніпрі, а вже після цього хортинг став поширюватися не тільки в Україні, але й в інших країнах світу, знаходячи усе більше нових прихильників [2; 4].

Єрмоєнко Е. А. та Петрочко Ж. В. основною метою хортингу називають популяризацію та підвищення ролі фізичної культури і спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відволікання їх від шкідливих звичок, виховання особистості в дусі добропорядності, патріотизму та любові до своєї Батьківщини [1; 2].

Мета та завдання роботи. Метою роботи є узагальнення історичних відомостей та правил хортингу на основі аналізу існуючих наукових розробок.

Методи дослідження – теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури з досліджуваної теми.

Результати досліджень та їх обговорення

Існує три основні розділи Хортингу.

Розділ «Двобій» є провідним розділом, основою та візитною карткою хортингу, в якому змагальна сутичка проводиться як комплекс із двох різних за правилами раундів. В розділі «Двобій» людина, яка займається хортингом, може перевірити свої надбані навички в реальному повноконтактному поєдинку з рівним за вагою та віком суперником. В юнацьких вікових групах 6-7, 8-9, 10-11, 12-13 років на змаганнях немає ударів руками в голову. Це зроблено з метою упередження отримання небажаних ударів по голові в дитячому віці, і щоб батьки малюків не боялися приводити дітей у спортивні зали хортингу, де за цим уважно слідкують. Для кадетів чоловічої статі 14-15 років надається тільки 2 (дві) хвилини першого раунду з ударами в голову у захисному екіпіруванні – шоломі та рукавицях, для укріплення та розвитку техніки нанесення ударів, захисту від ударів в голову, для того, щоб спортсмени-початківці набували навичок нанесення ударів та захисту від ударів в голову. Але другий раунд двобою у них є повноконтактним з ударами руками в тулуб, боротьбою в стійці та партері. Таким чином, такі правила дозволяють спортсмену також отримати навички самооборони. Навіть у другому раунді, де є боротьба з ударами ногами та руками в тулуб, молодші юнаки, юнаки, кадети, юніори вдягають захисні протектори на гомілки, щоб не травмувати ноги під час контакту з суперником. Підготовка юних спортсменів до реальних двобоїв проводиться поступово. Молодші юнаки і

юнаки проводять контактні двобої в зазначеному Правилами змагальному костюмі – *хортівці*, яка захищає шкіру дитини від потертості, шкірних саден та подразнень, що можуть статися при зіткненні з суперником у двобої [1; 3].

Розділ «Сутичка». У правилах змагань дозволяється проводити підсічки, кидки, утримання, больові, задушливі прийоми та інші атаквальні та захисні дії як в положенні стоячи, так і у партері, але без захоплення за одяг, екіпірування та амуніцію. Екіпіруванням тут є шорти та майка. Категорично забороняються будь-які удари як руками, так і ногами. У цьому розділі всього один раунд від 4 до 5 хвилин, залежно від віку і статі учасників. Переможець визначається у часі за кількістю набраних очок (всього 6) або достроково при вдало проведеному больовому чи задушливому прийомі [1; 2; 3].

Розділ «Форма». Це єдиний безконтактний розділ, в якому учасник виконує певну послідовність пересувань та ударів на техніку і силу виконання. Форми виконуються під рахунок та самотійно, і всі вони починаються з основної стійки етикету та закінчуються також основною стійкою етикету. Кожний наступний рівень додає 8 рахунків у послідовності виконання елементів форми. Захисні форми починаються кроком правою ногою назад з блоком. Атаквальні форми починаються кроком лівою ногою вперед з ударом [1; 2; 3].

До програми кожного учнівського рівня внесено одну захисну та одну атаквальну імітаційну форму [1].

Початкові навчальні форми **першого учнівського рівня (синій відмітний колір)** виконуються на 8 рахунків.

Навчальні форми **другого учнівського рівня (жовтий відмітний колір)** виконуються на 16 рахунків.

Навчальні форми **третього учнівського рівня (зелений відмітний колір)** виконуються на 24 рахунки.

Цифрами позначається рахунок. Кожний рахунок в учнівських формах починається з правильно сформованої бойової стійки (стартове положення розроблених спарингових комбінацій, з яких складаються усі навчальні форми хортингу).

Форми викладацького рівня: **інструктор хортингу (коричневий відмітний колір)** – інструкторська захисна та інструкторська атаквальна виконуються на 32 рахунки [1].

Висновки і перспективи подальших розвідок. Хортинг – новий, особливий вид спорту, який дуже швидко набирає

популярності. Має різні розділи, які можуть підійти кожній людині незалежно від віку і статі. За своїми правилами, в майбутньому, може стати як олімпійським видом спорту, так і посідати перше місце серед єдиноборств у світі.

Використані джерела

1. Єрмоєнко Е. А. (2009). Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник. К. : Паливода А. В. 227 с.
2. Петрочко Ж. В., Єрмоєнко Е. А. (2016). Хортинг – школа сили і честі юного українця: метод. посіб. К. : Паливода А. В. 544 с.
3. Сайт Української федерації хортингу. URL: <http://horting.org.ua> (дата звернення: 20.03.2019)
4. Що таке Хортинг спорт. *Все про спорт*. 02. October 2017. URL: <https://vseprosport.com.ua/uk/sport-bloguk/what-is-it-horting-sport-2/> (дата звернення: 20.03.2019)

Bulieiev M.V.

Scientific supervisors: Zhara H. I., Sokol Ye. M.

HISTORY OF THE DEVELOPMENT, MAIN CONCEPTS AND RULES OF HORTING

The work is devoted to acquainting readers with the national sport of Ukraine – horting. The article reveals the history of development, the basic concepts of the essence and rules of horting.

It is revealed three main sections of horting. They are: Battle, Fight and Form. Two of them (Battle and Fight) are full contact, and the Form is contactless. The rules of the competition provide, on the one hand, the development of special motor and tactical skills, and on the other – require compliance with safety rules and prevention of injuries. Student levels are characterized by distinctive colors.

The prospects for the development of horting in the world, its role in attracting young people to engagement in martial arts and motivation for a healthy lifestyle are shown.

Key words: *horting, national sports, rules, section, distinctive color.*

Стаття надійшла до редакції 25.03.2019 року

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті описано необхідність формування критичного мислення у молодших школярів. Здійснено аналіз висвітлення досліджуваної проблеми у фахових джерелах, наведено основні підходи до визначення його суті. Охарактеризовано рівні критичного мислення (загальне мислення, предметне та критичне) та його властивості.

Ключові слова: критичне мислення, рівні і властивості критичного мислення.

Вступ. В умовах реформування системи освіти першочерговим є формування в учнів ключових компетентностей та наскрізних умінь, серед яких є здатність учнів критично мислити [3].

У цьому зв'язку, метою та завданнями нашої публікації є наблизитись до розв'язання питання: чи є критичне мислення новим видом мислення, в чому його особливості, якими методами, формами та засобами можна його розвивати у молодших школярів.

Методи дослідження: аналіз фахових літературних джерел з проблематики дослідження.

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідженням питання розвитку критичного мислення займалися такі вчені, як: Д. Брунер, Д. Стіл, Ч. Темпл, С. Уолтер, Д. Халперн, П. Фачоне, а також вітчизняні науковці В. Кремень, О. Пометун, О. Тягло, О. Чуба та ін. У численних публікаціях автори мають різні підходи до визначення цього поняття. Так, Деві Вуд і Джуді А. Браус визначають критичне мислення як «розумне рефлексивне мислення, сфокусоване на рішенні, у що вірити і що робити». Д. Халперн у своїй роботі «Психологія критичного мислення» наводить таке визначення терміна «критичне мислення»: «використання таких

когнітивних навичок і стратегій, які збільшують ймовірність отримання бажаного результату. Відрізняється виваженістю, логічністю і цілеспрямованістю» [1; 2].

Аналіз фахових джерел показав, що під критичним мисленням розуміють особливий тип, спосіб мислення, який поєднує: процеси аналізування, синтезування і обґрунтованого оцінювання достовірності/цінності інформації; здатність людини визначати проблеми, знаходити їхні причини і передбачати наслідки, формулювати альтернативні гіпотези їх розв'язування; генерувати чи змінювати свою позицію на основі фактів і аргументів; приймати зважені рішення [5].

У процесі пізнання мислення має кілька рівнів:

1) загальне мислення – загальний процес обробки інформації;
2) предметне мислення (історичне, математичне тощо) – процес обробки інформації з певного предмета за допомогою методів наукового дослідження, збагачений предметними та методологічними знаннями;

3) критичне мислення – процес контролю за перебігом загального та предметного мислення, їх вдосконалення. Але, окрім складу, критичне мислення має певні властивості: усвідомленість, обґрунтованість, цілеспрямованість, контрольованість, самоорганізованість, рефлексивність (самоаналіз) [5].

Розвиток критичного мислення – це розвиток вміння усвідомлювати ті чи інші впливи, долати або враховувати обмеження. Основними методами для розвитку критичного мислення у молодших школярів є: дискусія, рефлексія, стратегія «Асоціативний куш», стратегія «Сенкан», «Кубування», «Кероване читання з передбаченням» та інші [4].

Висновки і перспективи подальших розвідок. Таким чином, розвиток критичного мислення у молодших школярів передбачає формування у них стійких навичок здійснення мисленневих операцій високого рівня, що застосовуються для формування обґрунтованих висновків та оцінок і прийняття рішень. Перспективним вважаємо наукові пошуки з розкриття особливостей формування навичок критичного мислення в учнів початкової школи на конкретних предметах.

Використані джерела

1. Д'юї, Д. (2003). Досвід і освіта. [пер. з англ. Марії Васильченко]. Львів, Кальварія. 84 с.
2. Клустер, Д. Что такое критическое мышление? URL: <http://testolog.narod.ru//Other15.html>. (дата звернення: 20.03.2019).
3. Концепція «Нова українська школа». URL: <https://osvita.ua> (дата звернення: 1.09.2018).
4. Навчаємо мислити критично: пос. для вчителів / автори-укладачі О. І. Пометун, І. М. Сущенко. Дніпро. ЛІРА. 2016. 144 с.
5. Путівник з розвитку критичного мислення в учнів початкової школи: методичний посібник для вчителів/автори укладачі: О. І. Пометун, І. М. Сущенко. Київ. 2017. 96 с.

Zolotarenko T. O.

Scientific supervisor: Vasyutina T. M.

THEORETICAL BASES OF FORMATION OF CRITICAL THINKING IN PRIMARY SCHOOL STUDENT

In the process of reforming the national education system, it is important to develop critical thinking skills in students. Under the critical thinking it is understood a special way of thinking that combines: processing of analysis, synthesis and justification of the assessment of the reliability / value of information; the ability of a person to identify problems, to identify their causes and reservations, to formulate alternative hypotheses for their solution; generate or change their position based on facts and arguments; make informed decisions. Critical thinking has its own levels (general, substantive and critical) and properties: awareness, reasonableness, purposefulness, controllability, relevance.

Key words: *critical thinking, levels and properties of critical thinking.*

Стаття надійшла до редакції 25.03.2019 р.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРАКТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У тезах на основі аналізу нормативних документів з питань освіти і фізичного виховання, узагальнення даних психолого-педагогічної літератури з проблеми професійної компетентності учителів, висвітлені основні шляхи формування інтерактивної компетентності майбутніх учителів фізичної культури під час їх навчання в закладах вищої освіти.

Ключові слова: формування, інтерактивна компетентність, учитель.

Вступ. Аналіз нормативних документів з питань освіти і фізичного виховання (Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012–2021 рр., Закон України «Про вищу освіту», Закон України «Про фізичну культуру і спорт», Концепція загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 рр.), науково-методичної літератури з проблеми професійної компетентності майбутніх учителів фізичної культури (Б. Без'язичний [1], І. Максимчук [2], Т. Матвійчук [3], О. Онопрієнко [5], В. Папуча [6], А. Чепелюк [7], та ін.) свідчить, що в центрі уваги багатьох вітчизняних і зарубіжних учених є проблема підготовки компетентного і конкурентоспроможного сучасного фахівця.

Науковець Л. Мітіна [4] тлумачить інтерактивну компетентність як чинник професійного розвитку інтегративних характеристик особистості, яка має дві складові: діяльнісну (знання, уміння, навички, способи здійснення педагогічної діяльності) і комунікативну (знання, уміння, навички і способи здійснення педагогічного спілкування). Водночас, аналіз стану розробки різних аспектів означеної проблеми засвідчив недостатню дослідженість питань, що пов'язані з формуванням інтерактивної компетентності майбутніх учителів фізичної культури.

Мета статті – визначення ефективних шляхів формування інтерактивної компетентності майбутніх учителів фізичної культури.

Методи дослідження: аналіз психолого-педагогічної літератури з теми дослідження.

Виклад основного матеріалу. Аналіз літературних джерел з теми дослідження дав нам можливість визначити ефективні шляхи формування інтерактивної компетенції – ключової компетенції майбутнього вчителя фізичної культури, а саме:

- скерованість і фасилітація процесу засвоєння навчального матеріалу;

- виявлення різноманіття способів (методів, форм, засобів) вирішення поставленого завдання;

- обов'язкове використання особистого досвіду студентів (як рухового, так і теоретичного);

- використання теоретичних положень, практичних напрацювань, педагогічного досвіду провідних фахівців у галузі фізичної культури і спорту (підручники, посібники, методичні рекомендації, тощо);

- використання передового досвіду висококваліфікованих спортсменів (відеофрагменти виступів на змаганнях, відеоуроки, відеопрезентації, відеотренінги тощо);

- підтримка пізнавальної активності студентів за рахунок використання інформаційно-комунікаційних технологій (система «людина–машина»);

- участь у змагальній діяльності як особливої форми міжособистісних відносин, міжособистісної взаємодії всередині команди (прийняття колективних рішень, спільна відповідальність за результат, тощо);

- взаємозбагачення досвіду студентів, полегшення сприйняття, засвоєння навчального матеріалу, заохочення творчості й самостійності на засадах міжособистісної взаємодії.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Проведене дослідження дозволило визначити ефективні шляхи формування інтерактивної компетенції майбутнього вчителя фізичної культури.

Використані джерела

1. Без'язичний, Б. І. (2016). Теоретичні і методичні засади формування етичної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури у процесі професійної підготовки (Дис. док. пед. наук.). Харків-

ський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, Харків.

2. Максимчук, І. А. (2017). Розвиток педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури в процесі професійної підготовки. (Дис. канд. пед. наук.). Хмельницький національний університет, Хмельницький.
3. Матвійчук, Т. Ф. (2015). Формування педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичного виховання й процесі професійної підготовки. (Дис. канд. пед. наук.). Інститут професійно-технічної освіти, Львів.
4. Мітіна, Л. М. (2005). Профессиональная деятельность и здоровье педагога. М. : Академия.
5. Онопрієнко, О. В. (2009). Формування базових професійних компетентностей майбутнього вчителя фізичної культури у процесі вивчення фахових дисциплін. (Дис. канд. пед. наук.). Черкас. нац. ун-т ім. Богдана Хмельницького, Черкаси.
6. Папуча, В. М. (2010). Формування педагогічної майстерності майбутнього вчителя фізичного виховання в процесі фахової підготовки. (Дис. канд. пед. наук.). Класичний приватний університет, Запоріжжя.
7. Чепелюк, А. В. (2014). Формування психолого-педагогічної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури у вищому навчальному закладі. (Дис. канд. пед. наук.). Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, Хмельницький.

Sikora V. V.

Scientific supervisor: Kostikova I. I.

EFFECTIVENESS OF INTERACTIVE COMPETENCE'S FORMATION OF THE FUTURE PHYSICAL CULTURE TEACHER

In the present paper, the main ways of interactive competence's formation of future physical culture teachers during their studies in higher education institutions have been highlighted based on the analysis of normative documents in the sphere of education and physical education, also the summary data on psychological and pedagogical literature on the problem of teachers' professional competence were also taken into account.

Key words: *formation, interactive competence, teacher of physical culture.*

Стаття надійшла до редакції 19.03.2019 р.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИКИ ИГРОВОГО КРОССФИТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В статье описывается возможность использования игрового кроссфита в качестве альтернативы уроку физической культуры для привлечения учеников к занятию спортом. Методика представляет комплекс физических упражнений, которые развивают все физические качества ребенка, являются простыми по биомеханике выполнения и адаптированными под любой возраст и уровень развития. Присутствие элементов игры создает положительные эмоции, формирует лидерские качества, работу в команде и умение быстро принимать решения, являются необходимыми и ключевыми качествами подрастающего поколения.

***Ключевые слова:** подвижные игры; физические качества ребенка; урок физкультуры; игровой кроссфит; кроссфит.*

Введение. Развитие новых технологий кардинально меняет поведение человека. Увеличение зависимости от соцсетей и интернет-площадок для получения нужной информации и удовольствия, приводит к резкому уменьшению двигательной активности. Особое внимание следует обратить на физическое развития детей, так как благодаря двигательной активности в организме ребенка происходят биохимические и физиологические изменения, которые формируют организм и от которого зависит будущее морфофизиологическое состояние взрослого человека. Любой сустав, связка и мышцы требуют функционирования для своего развития. Если этого не происходит в повседневной жизни, опорно-двигательный аппарат и другие физиологические системы организма становятся несовершенными, что негативно сказывается на дальнейшем развитии ребенка и его двигательной активности. По последним данным американских ученых, человек тратит в среднем 2 часа в день на гаджеты: проверка почты, переписка в социальных сетях, игры и тому подобное [1; 2; 3]. Дети замещают двигательную активность на улице игрой в телефоне, компьютере или же просмотром телепередач, им это интересней. В связи с этим снижается эмоциональная и социальная связь между детьми и взрослыми, что приводит к меньшей вероятности правильного

распознавания эмоций другого человека, так как большая часть общения проходит виртуально. Подтверждением является эксперимент, который был проведен в Калифорнии, когда дети на летних каникулах находились в лагере, где с ними был проведен тест. Дети читали книгу, а остальные участники эксперимента должны были распознать их эмоции. По итогам теста 60 % ответов были неверными. После этого у детей на неделю забрали все гаджеты и заменили походами в лес и подвижными играми. Дети получали живые позитивные эмоции, учились готовить на костре, изучали лес. Через неделю активного отдыха тест с чтением повторили, и результаты улучшились на 35 % [5]. Игра занимает большое значение в жизни ребёнка, такое же, как у взрослого – работа. Каков ребёнок в игре, таким он будет, когда вырастет. Воспитание ребенка в игре заставляет его думать и двигаться. Играя, дети перенимают опыт старших, налаживают межличностные отношения, учатся следовать правилам, осваивают азы хорошего поведения [4].

За последние 5 лет очень популярными в мире являются спортивные соревнования по кроссфиту. Это молодой вид спорта, основой которого является большое количество упражнений, естественных для человека в повседневной жизни. Можно сказать это большая игра для взрослых. Так как большинство упражнений по своей биомеханике просты в выполнении, их можно адаптировать под человека любого возраста и уровня физической подготовки, в том числе и для детей.

Целью работы является поиск методов привлечения детей к занятиям спортом, одним из которых является использование игрового кроссфита в качестве альтернативы уроку физической культуры.

Методы и организация исследования. Элементы движения в кроссфите были соединены в комбинации с подвижными играми [6]. Эксперимент был проведен в средней школе № 35 г. Чернигова, на протяжении января месяца 2019 года. В нем участвовали 32 школьника возрастом 7-8 лет, которые вместо обычного урока физкультуры занимались игровым кроссфитом.

Результаты исследования и их обсуждение. Дети имели разный уровень физической подготовки, но они занимались вместе, так как любой элемент комплекса можно было изменить под их уровень физического развития и тем самым не отделять ребенка от социальной среды, все дети занимались с большим интересом. Один из представленных комплексов, который использовался в начале урока, состоял из: 7 отжиманий (строгие, либо с работой в половину корпуса), 3 челночных бега от фишки до фишки, 5 бросков мяча в

стену и 10 суперменов. В начале, на протяжении и по окончании проведения комплекса у детей с помощью пульсометров измеряли ЧСС, которое составляло в среднем 176 ударов в минуту в начале эксперимента, через месяц результат стал 172 удара, что на 3 % улучшило адаптацию к нагрузке. Дети занимались с удовольствием, имели позитивные эмоции, у них появилось умение работать в команде и помогать один одному, поддерживать друг друга.

Выводы. Использование игрового кроссфита в качестве инновационного метода в физическом воспитании детей зарекомендовало себя с позитивной стороны и требует дальнейшего исследования, так как является универсальным и гибким инструментом на вооружении преподавателя и тренера дает возможность заинтересовать и развивать все физические качества ребенка, дисциплинирует. Игра дает позитивные эмоции, прививает интерес к физической активности, тем самым помогая детям развиваться во всех направлениях.

Использованные источники

1. Adam Alter Irresistible (2017). Why you are addicted to technology and how to set yourself free. USA.
2. Bar-Or O., Foreyt J., Bouchard C., Brownell K. D., Dietz W. H., Ravussin E., Salbe A. D., Schwenger S., Jeor S. St., and Torun B. (1998). Physical activity, genetic, and nutritional considerations in childhood weight management. *Med Sci Sport Exert* 30.
3. Gortmaker S. L., Dietz W. H., Sobol A. M., and Wehler C. A. (1987). Increasing pediatric obesity in United States. *Am J Dis Child* 141.
4. Ефимова Е. А. (2015). О месте подвижных игр в жизни современных детей. *Международный научно-исследовательский журнал*. №11 (42) Часть 4. С. 108–113. URL : <https://research-journal.org/hist/o-meste-podvizhnyx-igr-v-zhizni-sovremennyx-detej/>
5. Завальнюк Т. В., Поліщук Т. С. (2016). Виховання дітей дошкільного віку в ігровій діяльності. *Навчання і виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: актуальні питання теорії і методики* / за заг. ред. О. О. Максимової, М. А. Федорової. Житомир: ФОП Левковець, У 2-х ч. Ч. I. 216 с. С. 67–71.
6. Жиденко А. А., Следников Л. С. (2018). Методика развития физических качеств детей 6–14 лет с помощью комбинированных подвижных игр *Ценности, традиции и новации современного спорта* : материалы Междунар. науч. конгр., Минск, 18–20 апр. 2018 г.: в 2 ч. / редкол.: С. Б. Репкин (гл. ред.), Т. А. Морозевич-Шилюк (гл. ред.) [и др.]. Минск : БГУФК, Ч. 2. С. 89–90.

Следніков Л. С.

Науковий керівник: Жиденко А. О.

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИКИ ІГРОВОГО КРОСФІТУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті описується можливість використання ігрового кросфіту в якості альтернативи уроку фізичної культури для заохочення учнів до занять спортом. Методика складається з комплексу фізичних вправ, які розвивають усі фізичні якості дитини, є простими за біомеханікою виконання та адаптовані під кожний вік та рівень розвитку. Присутність елементів гри створює позитивні емоції, формує лідерські якості, навички роботи в команді і вміння швидко приймати рішення, які є ключовими для покоління, що підростає.

Ключові слова: рухливі ігри; фізичні якості дитини; урок фізичної культури; ігровий кросфіт; кросфіт.

Slednikov L. S.

Scientific supervisor: Zhydenko A. O.

THE USE OF PLAYING CROSSFIT METHODOLOGY ON LESSONS OF PHYSICAL CULTURE

The article describes the possibility of using the gaming crossfit as an alternative to a physical education lesson to attract students to play sports. Every year, new technologies displace physical activity in a person's life. And this is one of the main criteria for healthy growth of the child. To attract children to the physical activity, the game crossfit was developed. The technique is a set of physical exercises that develop all the physical qualities of a child, are simple in terms of the biomechanics of performance and are adapted to any age and level of development. The presence of the elements of the game creates positive emotions, forms leadership qualities, teamwork and the ability to make quick decisions, are necessary and key qualities of the younger generation.

Key words: movable games; lesson of physical culture; playing crossfit; crossfit.

Стаття надійшла до редакції 02.04.2019 р.



Секція 3. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ
ШКІЛЬНИХ ПРЕДМЕТІВ
В УМОВАХ РЕАЛІЗАЦІЇ КОНЦЕПЦІЇ
СТАЛОГО РОЗВИТКУ В ОСВІТІ

УДК 796.323.2.012.2

Алексеїцев С. В.

Науковий керівник: Синіговець В. І.

МЕТОДИКА РОЗВИТКУ
КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ
УЧНІВ 12-13 РОКІВ ЗАСОБАМИ БАСКЕТБОЛУ

Експериментально перевірена методика розвитку координаційних здібностей учнів середньої школи у процесі занять баскетболом. У результаті педагогічного контролю встановлено позитивний вплив експериментальної методики на рівень розвитку координаційних здібностей учнів у процесі секційних занять баскетболом.

Ключові слова: координаційні здібності, секційні заняття баскетболом, учні 12-13 років, експериментальна методика.

Постановка проблеми. Різноманітність технічних і тактичних дій гри в баскетбол і сама ігрова діяльність вимагають від гравців високого рівня координаційних здібностей. Дослідження проблеми розвитку координації рухів у середньому шкільному віці, необхідність наукового обґрунтування методики розвитку координаційних здібностей засобами баскетболу визначають успішність подальшої спеціалізації юних спортсменів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Рухова координація – одна з найсуттєвіших складових елементів рухової підготовки людини, розвиток і вдосконалення якої є необхідним протягом всього життя. Координаційні здібності можна диференціювати на

окремі види за особливостями прояву, критеріями оцінки і чинниками, що обумовлюють їх розвиток [2].

Науковці [2; 4; 5], які займались вивченням даного питання, погоджуються з тим, що координаційні здібності відіграють одну із найважливіших ролей у процесі вирішення рухових завдань. Також вони відмічають, що координаційні здібності, особливо у дітей шкільного віку, повинні розвиватись у комплексі з іншими руховими здібностями. Загалом учені звертають увагу на те, що спортивні ігри є ефективним засобом для вирішення цього надзвичайно важливого завдання.

Мета і завдання роботи – розробити й експериментально перевірити ефективність методики вдосконалення координаційних здібностей учнів 12-13 років у процесі занять баскетболом.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічний експеримент, методи математичного аналізу даних.

Порівняльний педагогічний експеримент проводився з метою визначення комплексного стану рівня координаційних здібностей дівчат та хлопців у процесі занять баскетболом. Педагогічні тестування проводилось за методиками В. М. Кириченко та [1] Л. П. Сергієнка [3] і складались з оцінки здібностей до регуляції просторово-часових параметрів, раціонального прояву і перебудови рухових дій у конкретних умовах, орієнтації в просторі, розвитку динамічної і статичної рівноваги, загальної координованості рухів (табл. 1).

Організація дослідження. У дослідженні взяли участь учні віком 12-13 років загальноосвітніх шкіл № 1 (експериментальні групи – ЕГ: дівчат ($n_1=8$); хлопців ($n_2=8$)), № 2 (контрольні групи – КГ: дівчат ($n_3=8$); хлопців ($n_4=8$)) м. Середина-Буда Сумської області впродовж 2017-2018 навчального року. Педагогічний експеримент проходив в умовах секційних занять з баскетболу. Порівняльний педагогічний контроль за рівнем розвитку і вдосконалення координаційних здібностей учнів 12-13 років проводився на початку навчального року (вересень 2017) і в кінці навчального року (травень 2018 року). У навчально-тренувальний процес секційних занять експериментальних груп були впроваджені додаткові завдання і засоби координаційної спрямованості, а в контрольних групах заняття проводились за стандартними програмами.

Таблиця 1

Методика визначення координаційних здібностей дівчат і хлопців у процесі занять баскетболом

№	Координаційні здібності	Контрольні вправи	Графічне зображення умов і правил виконання
1.	Здібності до оцінки і регулювання просторово-часових параметрів руху	Човниковий біг 4x9 м з веденням баскетбольного м'яча.	
2.	Здібності до раціонального прояву і перебудови дій у конкретних умовах	Тестова вправа Копилова (десять «вісімок»)	
3.	Здібності до орієнтації в просторі	тестову вправу «Біг до пронумерованих набивних м'ячів»	
4.	Здібність до збереження динамічної рівноваги	Методика Бесса	
5.	Здібність до збереження статичної рівноваги	Методика Яроцького	
6.	Координованість рухів	Дистанційні кидки баскетбольного м'яча.	

Результати досліджень та їх обговорення. Критерієм ефективності розробленої методики слугувала динаміка приросту у показниках різновидів координаційних здібностей. Порівняння даних, які були отримані під час проведення педагогічного експерименту свідчать, що в експериментальних групах у дітей віком 12-13 років (у хлопчиків та дівчаток) спостерігаються значно вищі статистично достовірні результати ($p < 0,05$) у показниках різних видів координаційних здібностей, що підтверджує доцільність використання розробленої експериментальної методики у процесі фізичного виховання та секційних занять з баскетболу учнів 12-13 років (табл. 2).

Таблиця 2

Темпи приросту показників координаційних здібностей досліджуваних груп дівчат і хлопців в результаті експерименту

№	Досліджувана якість	Стать	Групи дослідження	Приріст, %	Значущість змін
1.	Здібності до оцінки і регулювання просторово-часових параметрів руху	Дівч.	ЕГ	11,9	$p < 0,05$
			КГ	2,7	$p < 0,05$
		Хлоп.	ЕГ	12,6	$p < 0,05$
			КГ	7,12	$p < 0,05$
2.	Здібності до раціонального прояву і перебудови дій у конкретних умовах	Дівч.	ЕГ	9,26	$p < 0,05$
			КГ	0,41	$p < 0,05$
		Хлоп.	ЕГ	16,03	$p > 0,05$
			КГ	15,9	$p > 0,05$
3.	Здібності до орієнтації в просторі	Дівч.	ЕГ	9,01	$p < 0,05$
			КГ	5,06	$p < 0,05$
		Хлоп.	ЕГ	11,6	$p < 0,05$
			КГ	6,7	$p < 0,05$
4.	Здібність до збереження динамічної рівноваги	Дівч.	ЕГ	1,59	$p > 0,05$
			КГ	1,47	$p > 0,05$
		Хлоп.	ЕГ	7,17	$p < 0,05$
			КГ	5,61	$p < 0,05$
5.	Здібність до збереження статичної рівноваги	Дівч.	ЕГ	9,0	$p < 0,05$
			КГ	6,43	$p < 0,05$
		Хлоп.	ЕГ	8,75	$p < 0,05$
			КГ	6,45	$p < 0,05$
6.	Координованість рухів	Дівч.	ЕГ	15,2	$p < 0,05$
			КГ	2,51	$p < 0,05$
		Хлоп.	ЕГ	6,76	$p < 0,05$
			КГ	8,5	$p < 0,05$

Висновки. На підставі педагогічного контролю встановлено позитивний вплив занять за експериментальною методикою на розвиток координаційних здібностей. Доведено, що розроблена авторська методика дозволяє якісно покращувати результати

координаційних здібностей учнів засобами баскетболу та сформувані методичні рекомендації відповідно віку та статі дітей.

Перспективним напрямом подальшого дослідження вважаємо вивчення шляхів підвищення ефективності використання баскетболу як засобу вдосконалення координаційних здібностей учнів у різні вікові періоди.

Використані джерела

1. Кириченко В. М. (2014). Порівняльний аналіз специфічних проявів координаційних здібностей хлопчиків та дівчаток основної школи. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я, у сучасному суспільстві*. № 4 (28). С. 65–70.
2. Лях В. И. (2000). Координационные способности школьников. *Физическая культура в школе*. № 4. С. 6–13.
3. Сергієнко Л. П. (2001). Тестування рухових здібностей школярів Київ : Олімпійська література. 440 с.
4. Сергієнко Л. П. (2001). Комплексне тестування рухових здібностей людини. Миколаїв : УДМТУ. 360 с.
5. Скалій Т. В. (2006). Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків : дис ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Херсон, ХДУ. 216 с.

Alekseitsev S. V.

Scientific supervisor: Synigovets V. I.

METHODS OF COORDINATION ABILITIES DEVELOPMENT OF 12-13 YEARS PUPILS BY MEANS OF BASKETBALL

It was experimentally tested the methodology of coordination abilities development of high school students in the process of basketball. As a result of pedagogical control, the positive influence of the experimental methodology on the level of the individual components of the coordination abilities of 12-13 years students in the course of sectional exercises by basketball was established, namely, the ability to regulate spatial and temporal parameters, rational manifestation and reorganization of motor actions in specific conditions, orientation in space, the development of dynamic and static equilibrium, the overall coordination of movements.

Key words: *coordination abilities, sectional exercises by basketball, pupils of 12-13 years, experimental method.*

Стаття надійшла до редакції 20.03.2019 р.

ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ УЧНІВ 13-14 РОКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ

Розроблено та впроваджено методика вдосконалення технічної підготовленості учнів 13-14 років у процесі занять волейболом. Визначено ефективність засобів спеціальної спрямованості на рівень технічної підготовленості юних спортсменів у навчально-тренувальному процесі секційних занять з волейболу.

Ключові слова: *технічна підготовка, школярі, волейбол, удосконалення.*

Вступ. Волейбол є однією з основних невід’ємних частин змісту уроків фізичної культури і факультативних занять, фізкультурно-оздоровчих заходів і спортивних розваг у режимі шкільного дня, позакласної роботи з фізичного виховання школярів [1; 2; 5].

Заняття волейболом у школі сприяють формуванню рухової функції, усебічному гармонійному розвитку рухового апарату й усіх систем організму; вихованню свідомого ставлення до фізичних занять, формуванню здорової особистості. Вивчення фізичних вправ на уроках і в позаурочний час передбачає послідовне формування умінь та навичок виконання окремих рухових дій. При цьому вчитель та учні повинні завжди знати, що саме необхідно сформувати у кожному конкретному випадку. Рухова зрілість не приходить сама по собі з віком – вона розвивається в тісному взаємозв’язку з навколишнім середовищем і режимом рухової діяльності дітей [3].

Аналіз літературних джерел [2; 4; 6 та ін.] свідчить, що в наш час не вистачає спеціальних науково обґрунтованих методичних рекомендацій щодо вдосконалення технічної підготовки у процесі занять волейболом. Саме тому в розв’язанні цього питання перспективним є використання сучасних підходів до формування

рухових навичок та методів контролю технічної підготовленості учнів.

Мета і завдання роботи – розробити, впровадити і перевірити ефективність методики спеціальної підготовки у процесі секційних занять з волейболу для школярів 13-14 років.

Методи дослідження: аналіз методичної літератури, педагогічні спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи статистичної обробки даних.

Організація досліджень. Для вирішення поставлених завдань нами був проведений педагогічний експеримент у Кролевецькій спеціалізованій школі № 3 I-III ступенів Сумської області. Були сформовані експериментальна і контрольна групи. У кожній групі займалися по 20 дітей. Заняття проводились 3 рази на тиждень. Тренування тривало 45 хв. Контрольна група (КГ) займалась за традиційною програмою [7], експериментальна група (ЕГ) – за програмою, яка акцентована на виконання додаткових завдань зі спеціально-фізичної та технічної підготовки. Етапному педагогічному контролю піддавались кількісні показники таких технічних дій: прийом-передача м'яча двома руками зверху та знизу протягом 1 хв. (к-ть разів); 4 нападаючі удари із зон 2 і 3 (к-ть влучань); 5 верхніх прямих подач у зони 1, 5 і 6 (к-ть влучань).

Результати дослідження та їх обговорення. Порівнюючи показники технічної підготовленості учнів на початку експерименту за середнім значенням, можна в загальному зробити висновок, що рівень технічної підготовленості є задовільним.

На початку експерименту (табл. 1) були зареєстровані такі середньостатистичні показники технічної підготовленості КГ: прийом-передача м'яча двома руками зверху – $18,2 \pm 1,28$, к-ть разів; прийом-передача м'яча двома руками знизу – $17,2 \pm 1,05$, к-ть разів; нападаючий удар – $2,0 \pm 0,2$, к-ть влучань; верхня пряма подача – $3,9 \pm 0,3$, к-ть влучань. В ЕГ середньостатистичні показники технічної підготовленості учнів 13-14 років мали такі значення: прийом-передача м'яча двома руками зверху – $18,6 \pm 1,4$, к-ть разів, передача м'яча двома руками знизу – $18,3 \pm 1,5$, к-ть разів; нападаючий удар – $2,2 \pm 0,2$, к-ть влучань; верхня пряма подача – $3,9 \pm 0,3$, к-ть влучань. Значущість змін між показниками КГ і ЕГ мали недостовірний характер ($p > 0,05$).

Таблиця 1

**Показники технічної підготовленості
учнів 13-14 років з волейболу
в результаті педагогічного експерименту**

Статистичні показники	Контрольні вправи, одиниці вимірювання, назва досліджуваних груп, етапи педагогічного контролю, показники технічної підготовленості							
	Прийом і передача м'яча двома руками зверху, к-ть разів		Прийом і передача м'яча двома руками знизу, к-ть разів		Нападаючий удар, к-ть влучань		Верхня пряма подача м'яча, к-ть разів	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
На початку експерименту								
<i>x</i>	18,2	18,6	17,2	18,3	2,0	2,2	3,9	3,9
<i>Sx</i>	1,28	1,4	1,05	1,5	0,2	0,2	0,3	0,3
<i>V</i>	7,03	7,53	6,1	8,2	10,0	9,09	7,69	7,69
<i>t</i>	0,02		1,2		1,2		0,02	
<i>p</i>	0,3		0,1		0,1		0,4	
В кінці експерименту								
<i>x</i>	19,8	21,9	18,8	21,1	2,5	3,0	4,3	4,8
<i>Sx</i>	1,1	1,2	1,2	1,3	0,18	0,2	0,2	0,1
<i>V</i>	5,6	5,5	6,4	6,2	7,2	6,7	4,7	2,1
<i>t</i>	2,2		2,4		2,6		3,2	
<i>p</i>	0,01		0,01		0,006		0,001	
%	8,79	17,74	9,30	15,30	25,0	36,36	10,26	23,08

У кінці експерименту спостерігались покращення середньостатистичних показників технічної підготовленості КГ і ЕГ. В КГ були зареєстровані такі технічні показники: прийом-передача м'яча двома руками зверху – $19,8 \pm 1,1$, к-ть разів; прийом-передача м'яча двома руками знизу – $18,8 \pm 1,2$, к-ть разів; нападаючий удар – $2,5 \pm 0,1$, к-ть влучань; верхня пряма подача –

4,3 ± 0,2, к-ть влучань. В ЕГ середньостатистичні показники технічної підготовленості мали такі значення: прийом-передача м'яча двома руками зверху – 21,9 ± 1,2, к-ть разів, передача м'яча двома руками знизу – 21,1 ± 1,3, к-ть разів; нападаючий удар – 3,0 ± 0,2, к-ть влучань; верхня пряма подача – 4,8 ± 0,3, к-ть влучань. Зміни поміж показниками технічної підготовленості учнів 13-14 років значущо відрізнялись (p < 0,01-0,001). Загальний і середній процентний приріст показників технічної підготовленості учнів 13-14 років в результаті педагогічного експерименту в КГ становив 53,35 і 13,34 %, а в ЕГ – 92,48 і 23,12 % відповідно.

Висновки

1. Аналіз літературних джерел показав, що питання удосконалення технічної підготовленості школярів 13-14 років у процесі секційних занять з волейболу є актуальним, що підтверджується цілою низкою досліджень у даному напрямку.

2. Визначено середньо-групові показники технічної підготовленості учнів 13-14 років у процесі педагогічного експерименту, які мають тенденцію до покращення.

3. На всіх етапах педагогічного контролю визначено на основі коефіцієнтів варіації за показниками технічної підготовленості учнів 13-14 років низьке (2,1-10,0 %) розсіювання результатів, що свідчить про однорідність групи спортсменів, які брали участь у дослідженні.

Перспективним напрямом подальшого дослідження вважаємо вивчення шляхів підвищення ефективності визначення технічної підготовленості школярів різних вікових груп із застосуванням нових програмно-цільових підходів до процесу формування рухових навичок на секційних заняттях з волейболу, які б враховували індивідуальні особливості моторики кожного з учнів, із подальшим упровадженням у практику роботи вчителів фізичної культури закладів загальної середньої освіти.

Використані джерела

1. Андрійчук Ю. М. (2015). Оптимізація фізичного стану високорослих підлітків у процесі секційних занять волейболом : автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. та спорту; 24.00.02. К. : Нац. ун-т фіз. виховання і спорту Укр. 23 с.

2. Беляєв А. В., Булыкина Л. В. (2007). Волейбол: теория и методика тренировки (школа тренера). М. : Физкультура и спорт. 184 с.
3. Борисов О. О. (2004). Основы теории методики преподавания волейболу і футболу. К. : Вид-во ПП «Люскар». 664 с.
4. Демчишин А. А., Пилипчик Б. С. (1989). Подготовка волейболистов. К. : Здоров'я. 154 с.
5. Железняк Ю. Д., Слупский Л. Н. (1989). Волейбол в школе : пособие для учителя. М. : Просвещение. 128 с.
6. Прозар М. В., Козак Є. П. (2015). Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута». 232 с.
7. Туровський В. В., Носко М. О., Осадчий О. В. та ін. (2009). Волейбол. Навчальна програма для ДЮСШ. К. 140 с.

Bilyk V. O.

Scientific supervisor: Synigovets V. I.

IMPROVEMENT OF TECHNICAL PREPAREDNESS OF 13-14 YEAR OLD STUDENTS IN VOLLEYBALL PRACTICE

The technique of improving the technical preparedness of 13-14 years old students in the process of volleyball training is developed, implemented. The effectiveness of means of special focus on the level of technical preparedness of young athletes in the training process of sectional exercises on volleyball is determined. As a result of the pedagogical experiment quantitative indicators of technical actions of young athletes, which should be taken into account in practice of physical education teachers of general educational institutions, namely the process of holding sectional exercises on volleyball.

Key words: *technical training, schoolchildren, volleyball, perfection.*

Стаття надійшла до редакції 20.03.2019 р.

ОСВІТНІ АСПЕКТИ СПРЯМОВАНOSTІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ТУРИЗМОМ

У статті висвітлюються окремі аспекти спрямованості фізкультурно-оздоровчої роботи в школі, які підвищують фізичну підготовленість, рухову та розумову активність дітей середнього шкільного віку у процесі занять туризмом.

***Ключові слова:** фізичне виховання, фізкультурно-оздоровча робота, туризм.*

Вступ. Одним з основних завдань, що визначені у Національній стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, є формування гармонійно розвиненої, морально і фізично здорової особистості, яка з відповідальністю ставиться до свого здоров'я. На жаль, з кожним роком навчання у школі, кількість здорових дітей знижується, уроки фізичної культури лише на 10–13 % компенсують необхідний обсяг рухової активності, що вимагає проведення систематичної фізкультурно-оздоровчої роботи у школі. Так, організація та проведення позакласної фізкультурно-оздоровчої роботи у школі не реалізується повною мірою.

На сучасному етапі шкільної освіти спостерігаємо падіння інтересу учнів до традиційних форм організації та заходів проведення фізкультурно-оздоровчої роботи, оскільки вони не мотивують учнів та не зацікавлюють, тому потребують зміни на більш ефективні. Необхідність вирішення даної проблеми обумовила актуальність теми нашого дослідження.

Метою нашого дослідження є теоретичне обґрунтування ефективності впровадження оздоровчих освітніх технологій у фізкультурно-оздоровчу роботу з дітьми середнього шкільного віку.

Методи, організація дослідження. Для реалізації поставленої мети використали такі методи, як: аналіз наукової літератури, педагогічне спостереження, зняття функціональних проб за показниками серцево-судинної системи.

Результати дослідження. Сьогодення потребує від молоді вміння розумно та раціонально користуватися природними ресурсами в рамках сталого розвитку, усвідомлення ролі навколишнього середовища для життя і здоров'я людини, здатності і бажання дотримуватися здорового способу життя, тому організація здоров'язбережувального освітнього середовища є одним із пріоритетних напрямів державної політики у галузі освіти [6, с. 13–14].

Раціональне розв'язання поставленої задачі, на думку Г. Л. Апанасенка, вбачається у реалізації освітнього (інформація про здоров'я, як стати і бути здоровим), мотиваційного (формування потреби до самооздоровлення) і практичного (оптимальна рухова активність, раціональне харчування, позитивний психоемоційний клімат в колективі) аспектів [1].

Інноваційні підходи в системі фізичного виховання та впровадження сучасних оздоровчих занять розглянуто в працях О. Л. Благій, М. М. Булатової, Л. В. Волкова, Г. В. Дзяк, Т. Ю. Круцевич, Б. М. Москаленко, В. Н. Платонова, Б. М. Шияна, В. С. Язловецького та ін. [3].

Можемо зазначити, що згідно нещодавніх досліджень (О. М. Ващенко, В. В. Золочевський, І. О. Когут, В. Л. Маринич, Н. В. Москаленко, В. М. Пристинський, Т. М. Пристинська), удосконаленню фізкультурно-оздоровчої роботи в школі сприяють поєднання традиційних форм фізкультурно-оздоровчої роботи з використанням сучасних оздоровчих технологій, тобто об'єднання рухової активності з формуванням світогляду, мотивації та інтересів учнів, буде сприяти зниженню показників захворюваності дітей та підвищенню рівня їх фізичної та розумової працездатності при дотриманні диференційованого й індивідуального підходу [4; 5; 6].

На думку науковців, проблему оздоровлення дітей, покращення їх стану здоров'я, підвищення рухової активності, можна вирішити за рахунок проведення позакласних занять. Універсальним засобом підвищення рівня фізичної та розумової активності для дітей середнього шкільного віку є туризм.

Усе більшої популярності сьогодні набуває оздоровчий туризм як один з найдоступніших і наймасовіших видів оздоровлення, який несе в собі величезний потенціал засобів рекреаційно-оздоровчої діяльності учнів. Завдяки туризму реалізуються такі задачі, як здатність і бажання дотримуватися здорового способу життя – одна з компетентностей нової української школи, як комплекс засобів фізичного виховання учнів, як засіб підвищення функціональних резервів організму дітей і підлітків. Заняття туризмом позитивно впливають на показники нервово-психічного стану учнів, підвищують працездатність функціональних систем організму, сприяють розвитку рухових якостей, підвищують фізичну підготовленість і рівень загартованості організму дітей [2, с. 82–84; 5, с. 13–14].

Отже, можемо виокремити такі аспекти спрямованості фізкультурно-оздоровчої роботи у процесі занять туризмом:

1) мотиваційний – формування мотивації до занять оздоровчим туризмом, внаслідок чого відбувається формування стійкого інтересу до занять фізичною культурою і спортом, встановлюється відповідність зовнішніх мотивів можливостям і потребам особистості, а саме: учні отримують задоволення від занять, раціональне проведення дозвілля, отримання нових знань, вмінь і навичок, позитивний настрій, розвиток фізичних якостей та зміцнення здоров'я;

2) інформаційний – насичення занять з туризму додатковою інформацією (з метою вивчення екологічного стану місцевості, географічного положення, відвідування історичних об'єктів тощо), які передбачали б інтеграцію рухових, пізнавальних і мотиваційних процесів у дітей середнього шкільного віку;

3) організаційний – план проведення занять, зміст програмного матеріалу на основі реалізації міжпредметних зв'язків, диференційований підхід до планування фізичного навантаження (обсяг, інтенсивність), індивідуальний підхід під час виконання

спеціальних фізичних вправ для дітей з різним рівнем фізичного здоров'я на заняттях з туризму;

4) практичний – завдання і вправи з техніки туризму, орієнтування на місцевості, ігри з елементами туризму, похідна, прогулянкова та екскурсійна діяльність, змагання, рухливі ігри, фізичні та дихальні вправи на витривалість, силу, швидкість та інші якості, необхідні для участі у складних і тривалих походах.

Висновки. У ході проведеного дослідження теоретично обґрунтовано ефективність впровадження оздоровчих освітніх технологій у фізкультурно-оздоровчу роботу в школі. В раціонально організованій практиці фізичного виховання учнів середнього шкільного віку завжди поєднуються всі завдання загальної системи виховання, тому фізичне виховання й є одним з основних чинників усебічного розвитку особистості.

Перспективи подальших розвідок. На основі виокремлених аспектів спрямованості фізкультурно-оздоровчої роботи впровадити оздоровчу освітню технологію, яка спрямована на підвищення працездатності функціональних систем організму у процесі занять туризмом.

Використані джерела

1. Апанасенко Г. Л. (2005). Наука о выживании человечества. *Сучасні досягнення спортивної медицини, лікувальної фізкультури та валеології*: мат. XI між. наук.-практ. конф. Одеса : ОДМУ. С. 29–32.
2. Гриньова Т. І. (2013). Мотиви та зацікавленість дітей до занять різними видами спортивного туризму. *Фізичне виховання різних груп населення*. № 5 (38). С. 82–85.
3. Круцевич Т. Ю. (2003). Теорія і методика фізичного виховання. К. : Олімп. л-ра. Т. 2. 367 с.
4. Маринич В., Когут І. (2013). Аналіз інноваційних підходів організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 1. С. 28–35. URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/svp_2013_1_5.pdf.
5. Москаленко Н. В. (2009). Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня д-ра наук з фізичного виховання і спорту : 24.00.02. Київ,

Національний університет фізичного виховання і спорту України.
42 с.

6. Нова Концепція української школи. / упор. Л. Гриневич, О. Елькін, С. Калашнікова, І. Коберник, В. Ковтунець [та ін.]. URL: <http://www.oblosvita.mk.ua/attachments/article/3935/>
7. Пристинський В. М., Пристинська Т. М. (2012). Рухливо-пізнавальні педагогічні технології формування валеологічного світогляду в учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *ТМФВ*. № 06. С. 11–14.

Kiiko T. B., Zhurba D. Ye., Tarasenko Yu. A.

Scientific supervisor: Kiiko T. B.

**EDUCATIONAL ASPECTS OF ORIENTATION
OF PHYSICAL CULTURE AND HEALTH IMPROVEMENT
ACTIVITIES WITH CHILDREN OF MIDDLE SCHOOL AGE
IN THE PROCESS OF TOURISM OCCUPATION**

The thesis covers some aspects of improvement of physical culture and health work in school, which increase physical fitness, motor and mental activity of children of middle school age in the process of tourism occupation.

It is theoretically proved that the effectiveness of the implementation of such educational technologies in physical culture and health work at school contributes to the formation of motivation for a healthy lifestyle, the development of valeological worldview and a greater interest in the lesson of physical culture in order to increase the reserve functionality of pupils of secondary school age, which will be used in future in extracurricular tourism work.

Key words: *physical education, physical culture and health improvement activity, tourism.*

Стаття надійшла до редакції 01.04.2019 р.

ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК: МОДЕЛЬ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ АКРОБАТИЧНИХ ВПРАВ ДІВЧАТ 14-15 РОКІВ

Робота присвячена розкриттю моделі навчання техніки рухових дій, розвитку фізичних якостей дівчат старшого підліткового віку. За допомогою теоретичного аналізу наукових та методичних джерел розкрито механізми управління руховою діяльністю школярів. На основі вивчених особливостей формування рухових навичок здійснено моделювання процесу навчання акробатичних вправ дівчат 14-15 років.

***Ключові слова:** акробатика, акробатичні вправи, розділи, методи навчання рухових навичок.*

Вступ. Однією із проблем, які постають перед шкільним фізичним вихованням, є оптимізація освітнього процесу школярів. Удосконаленню процесу навчання фізичних вправ учнів присвячені роботи С. С. Єрмакова, О. В. Іващенко, Д. Т. Мірошніченко, М. О. Носка, О. М. Худолія та інших.

О. М. Худолій, О. В. Іващенко, С. О. Черненко вважають, що на рівень рухової підготовленості дітей старшого шкільного віку впливає співвідношення процесів навчання і розвитку рухових здібностей. Розвиток рухових здібностей є ефективним, якщо вони стають складовою засвоєних рухових навичок [9].

Такі науковці, як В. Г. Алабін, Г. П. Юшкевич, В. К. Бальсевич, В. М. Дьячков, у своїх дослідженнях розкривають методіку навчання техніки рухових дій, виховання фізичних якостей учнів старшого шкільного віку.

О. М. Худолій, О. В. Іващенко, В. І. Мірошніченко встановили, що ефективність навчання підвищується при використанні методу алгоритмічних розпоряджень [8] та врахуванні режимів чергування виконання вправ і відпочинку [3]. Одним із методів вивчення особливостей формування рухових навичок у дітей і підлітків є моделювання, концепція якого викладена в роботах С. С. Єрмакова, О. М. Худолія, Д. Г. Зволейко [4, с. 42].

Мета і завдання роботи. Мета роботи полягає у вивченні особливостей формування рухових навичок та обґрунтуванні моделі процесу навчання акробатичних вправ, спрямованих на формування рухових навичок у дівчат 14–15 років.

Поставлена мета обумовила необхідність вирішення ряду завдань, а саме:

- вивчити акробатичні вправи як засіб формування рухових навичок;

- визначити місце акробатичних вправ у змісті шкільної програми фізкультури;

- обґрунтувати модель процесу навчання акробатичних вправ дівчат 14–15 років.

Об'єктом дослідження є процес формування рухових навичок підлітків.

Предметом дослідження є моделювання процесу навчання акробатичних вправ дівчат 14–15 років.

Методи дослідження. У ході проведення дослідження було використано низку таких методів – вивчення та аналіз науково-методичної літератури, аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, моделювання.

Результати дослідження та їх обговорення. Різноманітні рухові дії формуються протягом життя людини під впливом багатьох чинників, і цей процес може набувати різного характеру. Оптимізація його досягається в умовах раціонально побудованого навчання. Внутрішню логіку процесу освіти і вдосконалення рухової дії в таких умовах прийнято схематично представляти як послідовний перехід від знань і уявлень про дію до вміння виконати її, а потім – від вміння до навички. Уміння і навички відрізняються одні від одних головним чином ступенем їх освоєності, тобто способами управління з боку свідомості людини [1].

В. М. Костюкевич зазначає, що у системі фізичного виховання першорядне значення має формування в учнів рухових навичок. Складові процесу фізичного виховання хоч і єдині, але мають свої відмінності [6, с. 83].

Рухові навички – це автоматичні форми рухових дій, яких людина набуває в результаті фізичних вправ, у процесі життєвої практики, трудової і виробничої діяльності. Сформована рухова навичка має своє сталість. Її фізіологічною основою є руховий динамічний стереотип, що формується як злагоджена, зрівноважена система умовно-рефлекторних нервових зв'язків [4].

М. О. Носко вважає навчання рухових дій і виховання фізичних якостей особистості взаємозумовленими процесами які органічно зв'язані між собою і відіграють провідну роль у фізичному розвитку та вдосконаленні учнів усіх вікових груп [5, с. 5].

Будь-які рухи людина виконує за допомогою м'язової сили. Але під силовими вправами слід розуміти вправи з використанням майже максимальної м'язової сили. Завдання силових вправ – зробити м'язи певної частини тіла здатними до великих напружень, до подолання значних опорів. Вправи для розвитку сили можуть бути простими або складними. Найкориснішими є повільні напружені рухи окремими частинами тіла, вправи з опором, при яких величина м'язової сили наближається до найбільшої, вправи на приладах – підтягування, кут, горизонтальні виси й упори та інші рухи, якщо вони досить важкі і потребують великого напруження і в їх основі лежить переборення сил опору. Сила м'язів розвивається швидше, якщо більше застосовується повторення вправ [1; 4; 5; 6].

На заняттях потрібно застосовувати методи, спрямовані на забезпечення безперервного вдосконалення швидкісних рухів та одночасного підвищення ритму, виконуючи переважно цілий руховий акт з найбільшою швидкістю. Як правило, вправи, спрямовані на розвиток швидкості, виконуються з такою тривалістю безперервної роботи і з такою кількістю повторень, що дають можливість виконувати їх, не знижуючи значно швидкості [7].

Удосконалювати швидкість рухів доцільно поступово, на кожному занятті. Розвиток гнучкості – одна з умов досягнення швидкості, виразності, спритності і легкості в рухах. За допомогою спеціальних вправ можна і необхідно досягти більшої амплітуди рухів. Недостатня гнучкість є наслідком різних причин, найчастіше – укорочення окремих рухів м'язів [7; 4].

Вправи, спрямовані на розвиток вестибулярного апарату, вкрай потрібні для формування вміння володіти швидкістю рухів тіла для його переміщення. Вміння орієнтуватися у просторі є найважливішою умовою виконання групових вправ, акробатичних пірамід [1].

Витривалість – здатність людини виконувати будь-яку роботу тривалий час і запобігати втомі. В окремих видах акробатичних пірамід потрібно вироблення специфічної витривалості, тобто такого стану координації функцій внутрішніх органів і рухової координації, який відповідає витривалості у певних діях [1; 4].

Отже, під час виконання акробатичних вправ розвиваються такі рухові якості, як сила, швидкість, гнучкість та витривалість.

Акробатичні вправи мають широкий діапазон труднощів – від найпростіших до найскладніших: початківці можуть займатись простими за координацією й м'язовими зусиллями вправами; складні вправи, що вимагають дуже високого ступеня розвитку всіх фізичних здатностей, доступні тільки висококваліфікованим спортсменам.

Акробатичні вправи поділяються на 3 групи [2]:

- 1) акробатичні стрибки – переكاتи, перекиди, перевороти, сальто;
- 2) балансування (вправи в рівноазі або зрівноважуванні: парні і групові – стійки, стояння, сіди, підтримки);
- 3) кидкові вправи, пов'язані з підкиданням і ловом партнерів.

Акробатичні вправи вважаються одними з найбільш ефективних засобів координаційної підготовки. Серед них виділяються:

– переكاتи – обертальні рухи (нагадують розгойдування на гойдалці) з послідовним торканням опори різними частинами тіла без перевертання через голову (наприклад, переكاتи на спині в угрупованні);

– перекиди – обертальні рухи типу перекатив, але з перекиданням через голову вперед або назад у групуванні, зігнувшись і прогнувшись з різних початкових положень в різні кінцеві положення;

– перевороти без фази польоту – руху тіла вперед, назад або вбік з перевертанням тіла через голову (переворот в сторону – «колесо»);

– перевороти з фазою польоту – стрибкові рухи з перевертанням тіла вперед або назад через голову з відштовхуванням руками і ногами (переворот з місця і з розбігу, рондат, фляк та ін.) [1; 2].

На основі проведеного теоретичного аналізу літературних джерел [1; 7; 8; 5; 9; 3] та навчальної програми з фізичної культури для 5–9 класів нами було розроблено модель, яка відображає сутність процесу навчання акробатичних вправ дівчат 14-15 років (рис. 1).

Висновки: Отже, під час виконання акробатичних вправ розвиваються такі рухові якості, як сила, швидкість, гнучкість та витривалість. Акробатичні вправи застосовуються в різних частинах заняття в залежності від поставлених завдань. Частіше за все використовуються в розминці, оскільки сприяють підготовці суглобів до виконання складних технічно-тактичних дій. Розроблена нами модель враховує особливості процесу навчання акробатичних вправ дівчат 14-15 років. При розучуванні складних перекидів і переворотів необхідно використовувати додаткові мати, обов'язкову допомогу і страховку.

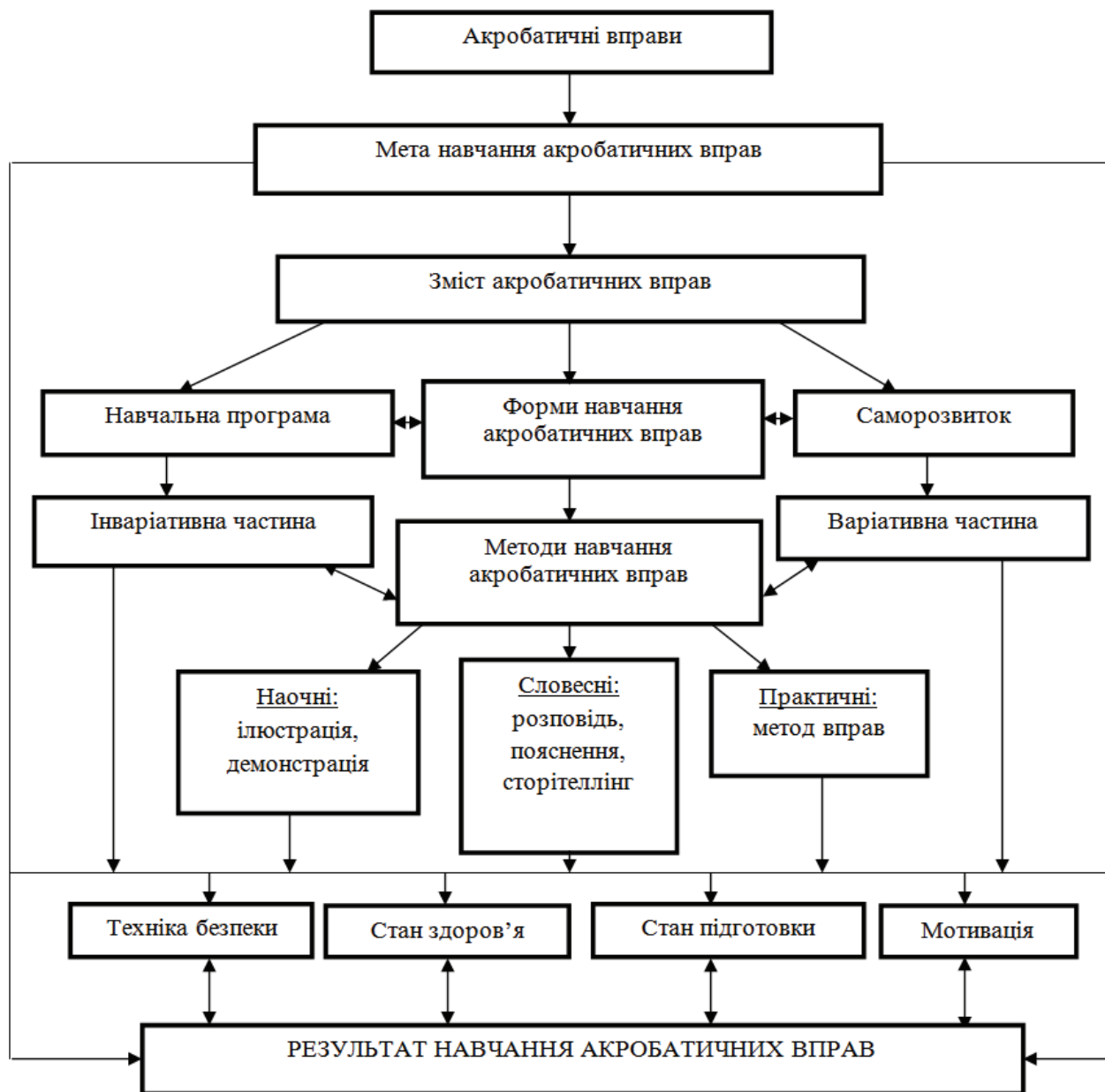


Рис. 1. Модель процесу навчання акробатичних вправ дівчат 14-15 років

Використані джерела

1. Айунц В. І., Мельничук Д. Р. (2010). Основи методики викладання гімнастики: навчальний посібник. Житомир: Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка. 76 с.
2. Акробатичні вправи: види, класифікація. Акробатичні вправи на уроках фізкультури URL : <https://faqkr.ru/sport-i-fitness/124382-akrobatichne-vpravu-vidi-klasifikacija.html>
3. Іващенко О. В., Худолій О. М., Мірошніченко Д. Т. (2016). Структурна модель формування рухової функції у дівчаток молодших класів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Герасима Левицького*. 1(10). С. 10-14.

ного університету. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вип. 139(1). С. 82-86.

4. Ковальчук Г. П., Присакар В. В. (2012). Педагогіка фізичної культури: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: ПП Зволейко Д. Г. 424 с.
5. Носко М. О. (2003). Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. К. 53 с.
6. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Випуск 17 / гол. ред. В. М. Костюкевич. Вінниця: ТОВ «Планер», 2014. 834 с.
7. Фролова Л. С. (2015). Організація та методика підготовчої частини уроку з спортивних ігор: навчально-методичний посібник. Черкаси. 121 с.
8. Худолій О. М., Іващенко О. В. (2013). Концептуальні підходи до моделювання процесу навчання і розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків. *Теорія та методика фізичного виховання*. С. 3–16.
9. Худолій О. М., Іващенко О. В., Черненко С. О. (2015). Моделювання процесу навчання акробатичних вправ і опорних стрибків школярів молодших класів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. № 7. С. 64-72.

Kolodchenko V. R.

Scientific supervisor: Zhara H. I.

**FORMATION OF MOVEMENT SKILLS:
A MODEL OF THE ACROBATIC EXERCISES TRAINING PROCESS
ON THE 14-15 YEARS GIRLS**

The work is devoted to the disclosure of the model of teaching techniques of motor activity, the development of physical qualities of older adolescence girls. With the help of theoretical analysis of scientific and methodical sources, mechanisms of governance of motor activity of pupils were revealed. On the basis of the studied peculiarities of the motor skills formation, the simulation model of the training of acrobatic exercises of girls aged 14-15 years was carried out.

Key words: *acrobatics, acrobatic exercises, sections, methods of motor skills teaching.*

Стаття надійшла до редакції 29.03.2019

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ШКОЛЯРІВ 11-12 РОКІВ В УМОВАХ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ

В роботі розглянуто особливості фізичної, технічної і тактичної підготовки школярів 11-12 років у процесі секційних занять з волейболу в загальноосвітній школі. Визначені навчальні, виховні і розвивальні завдання підготовки юних волейболістів засобами волейболу.

Ключові слова: *школярі 11-12 років, волейбол, спортивна підготовка, секційні заняття.*

Вступ. Тренування з волейболу, як і уроки з фізичної культури, є основною формою заняття. Під час уроку з волейболу учитель має можливість реалізовувати навчальні, виховні та оздоровчі впливи на учнів, що створює педагогічні передумови для реалізації процесу фізичного виховання підлітків.

Заняття в секціях з волейболу у позанавчальний час служать важливим доповненням до уроків фізичної культури. Головними завданнями позакласної роботи з волейболу є: залучення дітей до систематичних занять волейболом, зміцнення їх здоров'я, сприяння правильному фізичному розвитку і загартовуванню організму, виховання у тих, хто займаються, високих морально-вольових якостей, спортивно-технічне вдосконалення учнів на основі різнобічної рухової підготовки та оволодіння ними технікою і тактикою волейболу, підготовка юних інструкторів і суддів з волейболу.

Мета та завдання роботи: визначити особливості підготовки школярів 11-12 років у процесі секційних занять з волейболу.

Методи дослідження. Для вирішення виокремлених задач були задіяні такі методи: аналіз наукових джерел, присвячених систематизації й аналізу основних положень секційних занять з волейболу юних волейболістів та педагогічні спостереження.

Організація дослідження. Педагогічні спостереження проводились в умовах секційних занять загальноосвітньої школи № 1 м. Кролевець Сумської області.

Результати досліджень та їх обговорення. Як зазначають О. В. Тимошенко і Р. М. Мішаровський [4], починати займатися волейболом найкраще з 10-12 років. У цьому віці рівень розвитку вищої нервової діяльності дозволяє успішно формувати в учнів «волейбольні» рухові навички й проводити навчання їх спортивній техніці, яке проходить краще, ніж у початківців старшого шкільного віку і дорослих. Пояснюється це великою пластичністю нервової системи дітей. Розвиток у них інтелекту, волевих якостей, здібностей до більш стійкої уваги також дає можливість проводити заняття досить ефективно. Рівень фізичного розвитку і рухових якостей дозволяє (в разі дотримання певних методичних правил) успішно оволодіти раціональною технікою волейболу. В учнів 10-12 років є також сприятливі фізіологічні умови для рухової діяльності організму завдяки гармонійності й пропорційності в розвитку внутрішніх органів [1, 5].

У процесі оволодіння теоретичними знаннями і практичними вміннями і навичками з волейболу школярів 11-12 років вирішуються такі завдання [2, 3]:

1. *Навчальні завдання:* навчання тактико-технічним діям у захисті та нападі; виховання індивідуальних, морально-волевих, психологічних та особистісних якостей; навчання різновидам подачі та передачі м'яча, техніці нападаючого удару, блокуванню, волейбольному падінню, переміщенню, стійкам тощо.

2. *Виховні завдання:* виховання інтересу до фізкультурно-масової роботи, змагань, волейболу; формування потреби до систематичних занять волейболом; формування самостійності, цілеспрямованості, впевненості у своїх силах, ініціативності, винахідливості тощо.

3. *Розвивальні завдання:* розвиток таких фізичних якостей, як спритність, швидкість, гнучкість, витривалість та їх різновиди; координаційних рухів, узгодженості рухових взаємодій, вестибулярної стійкості; сприяння фізичному розвитку.

Роботу секції волейболу проводять на основі програми [2], що містить теоретичний і практичний матеріал.

Теоретичні заняття проводять у вигляді 15-20-хвилинних бесід, зазвичай до початку заняття. Їх приблизна тематика така: фізична культура і спорт в Україні; історія розвитку волейболу в нашій країні; короткі відомості про будову і функції організму; вплив фізичних вправ на організм людини; гігієна, лікарський контроль, попередження травм та надання першої допомоги; основи техніки і тактики гри; правила гри, обладнання та інвентар, тощо.

На практичних заняттях вивчають техніку і тактику гри, а також удосконалюють фізичну підготовку учнів. До змісту практичних занять входять: вправи для різних м'язових груп, з предметами та опорою на гімнастичних снарядах; спеціальні вправи для розвитку швидкості, стрибучості й орієнтування; елементи легкої атлетики, спортивних і рухливих ігор.

Висновки

Основними вимогами до методики навчання учнів 11-12 років в умовах секційних занять з волейболу є:

1. Оволодіння підлітками широким арсеналом теоретичних, техніко-тактичних дій, необхідних для успішного ведення гри.
2. Урахування розвитку здібностей школярів згідно напрямку і швидкості польоту м'яча (диференціювання просторово-часових змін).
3. Урахування розвитку спеціальних фізичних якостей, а саме: м'язової сили, спритності й швидкості, від яких залежить уміння точно і якісно виконувати елементи гри.
4. Розвиток швидкості складних реакцій, зорового орієнтування, спостереження та інших якостей, які покладено в основу тактичних здібностей.

Перспективи подальших досліджень передбачають проведення експериментальних досліджень з метою визначення ефективних засобів навчання школярів 11-12 років в умовах секційних занять з волейболу.

Використані джерела

1. Беляев А. В. (2004). Волейбол на уроке физической культуры. М. : Спорт-Академ Пресс. 144 с.
2. Мельничук Ю. В. та ін. (2013). Збірник програм факультативної, гурткової та секційної роботи фізкультурно-оздоровчого напрямку. Донецьк : Витоки. 268 с.

3. Методика проведення секційних занять з волейболу. Методичний посібник для викладачів (2014). / Упор. : Н. Г. Луцик. Канів: ДНЗ Канівське ВПУ. 53 с.
4. Тимошенко О. В., Мішаровський Р. М. (2008). Основи теорії та методики викладання спортивних і рухливих ігор : навчально-методичний посібник. К. 259 с.
5. Докукіна Ю. Є., Коломоєць Г. А., Тимчик М. В. (2014). Фізичне виховання підлітків у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів : навчально-методичний посібник / за ред. М. В. Тимчика. Кіровоград : Імекс-ЛТД. 172 с.

Krasnopolsky A. I.

Scientific supervisor: Synigovets V. I.

**FEATURES OF PREPARATION OF SCHOOLS
OF 11-12 YEARS IN CONDITIONS OF SOCIO-FUNCTIONS
FROM VOLLEYBALL**

In the article the features of physical, technical and tactical preparation of schoolchildren of 11-12 years in the process of sectional exercises on volleyball in general education school are considered. The educational, upbringing and developmental tasks of young volleyball players' training by means of volleyball are determined. Physiological preconditions for the classes, as well as structural elements of the training program for young volleyball players are revealed: theoretical, physical and technical-tactical.

Key words: *11-12 years old schoolchildren, volleyball, sports training, sectional classes.*

Стаття надійшла до редакції 20.03.2019 р.

АЛГОРИТМ РОЗРОБЛЕННЯ ІНТЕГРОВАНОГО УРОКУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ

Стаття присвячена проблемі сучасного стану освітнього процесу в Україні. Унаслідок опрацювання теоретичних джерел було створено алгоритм розроблення інтегрованого уроку з фізичної культури та української мови, практичне застосування якого в освітньому процесі сприятиме розвитку пізнавальної активності учнів, підвищенню рівня знань та мотивації до обраних уроків.

Ключові слова: алгоритм, інтеграція, фізична культура, українська мова, урок.

Вступ. Долучаючись до різноманітних подій у контексті реформування освіти, ми спостерігаємо позитивні зміни в цьому процесі. Нова українська школа – шлях до відродження нашої нації, а отже, вона повинна поєднувати в собі ті два компоненти, які гармонійно доповнюють один одного: загальну людську культуру та фізичну [3, с.16]. Отже, найголовніші складники розвитку нашого народу – мову та фізичну культуру – ми, майбутні педагоги, прагнемо популяризувати та підіймати на новий рівень [2].

Досліджуване питання розглядали у своїх працях Я. А. Коменський, Дж. Локк, І. Герbart, Н. Ф. Талізінa, М. Р. Львов, Е. Н. Кабанова-Міллер, Н. Н. Светловська. Зарубіжні дослідники, зокрема П. Хатчингс, Д. Бріджес, Р. Гейл, М. Хубер, Н. Беннет, Н. Москаленко та інші також висвітлювали різні аспекти інтегративного навчання.

Мета нашого дослідження – розробити інноваційну форму організації освітнього процесу, моделі інтегрованих уроків фізичної культури та української мови та як наслідок – підвищити пізнавальну активність учнів.

Результати дослідження та їх обговорення. Нестандартність процесу інтеграції рідної мови та фізичної культури полягає саме в тому, що вони не є спорідненими предметами. Вивчення їх понять поширюється дуже далеко та мало де перетинається. Наше завдання полягало в тому, щоб віднайти межі зіткнення цих двох галузей знань та поєднати їх в одне ціле (рис. 1).

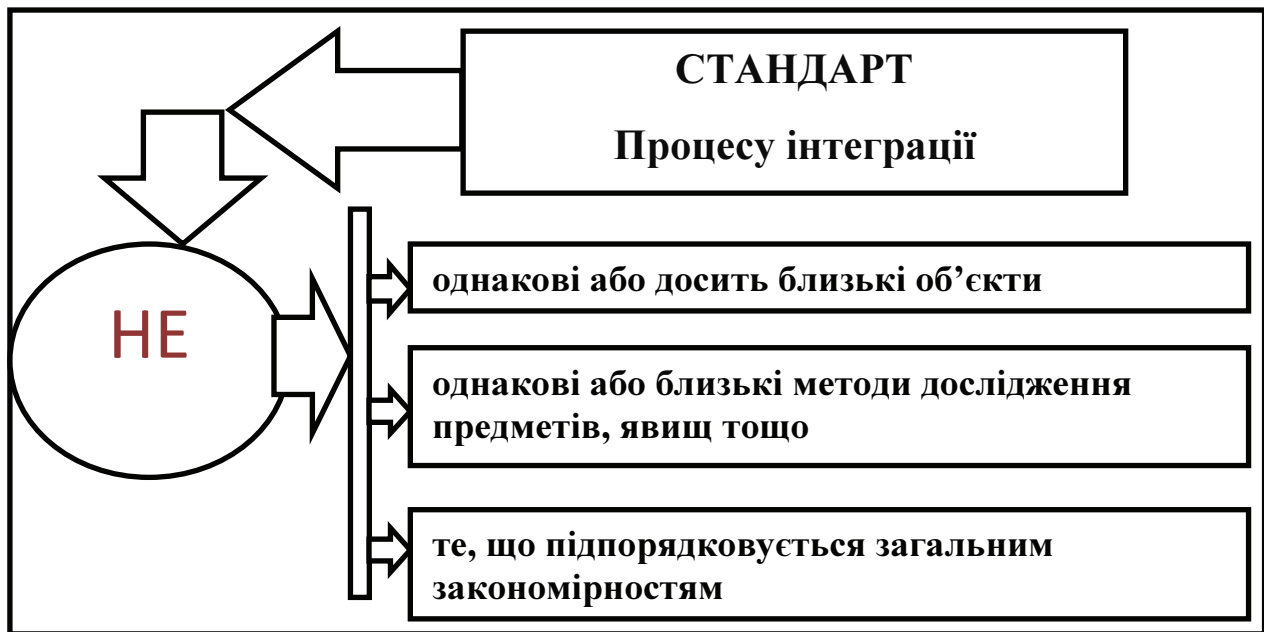


Рис. 1. Особливість інтеграції фізичної культури та української мови під час уроку

У результаті аналізу джерел інформації з досліджуваного питання та власного педагогічного досвіду нами було сформовано алгоритм розроблення інтегрованого уроку з фізичної культури та української мови (рис. 2).

В алгоритмі передбачено аналіз та порівняння програмового матеріалу з фізичної культури та української мови з метою виявлення точок дотику; креативний пошук шляхів інтеграції обраних тем; визначення завдань уроку, окремо для фізичної культури та української мови; об'єднання завдань у загальні завдання інтегрованого уроку; добір відповідних форм організації навчання, методів та засобів; добір дидактичних матеріалів для розкриття завдань уроку, розподіл фізичного та інтелектуального навантаження.

Висновки і перспективи подальших розвідок. У результаті теоретичного дослідження методики побудови інтегрованих уроків в доступних джерелах виявлено, що сучасні фахівці в рамках НУШ починають використовувати інноваційні форми організації освітнього процесу, у тому числі й інтегровані уроки. Виявлено, що здебільшого інтеграція відбувається між досить близькими предметами. Поєднати дві неспоріднені галузі науки – вибір, який не підпорядковується загальноприйнятим положенням технології інтегрованого навчання.

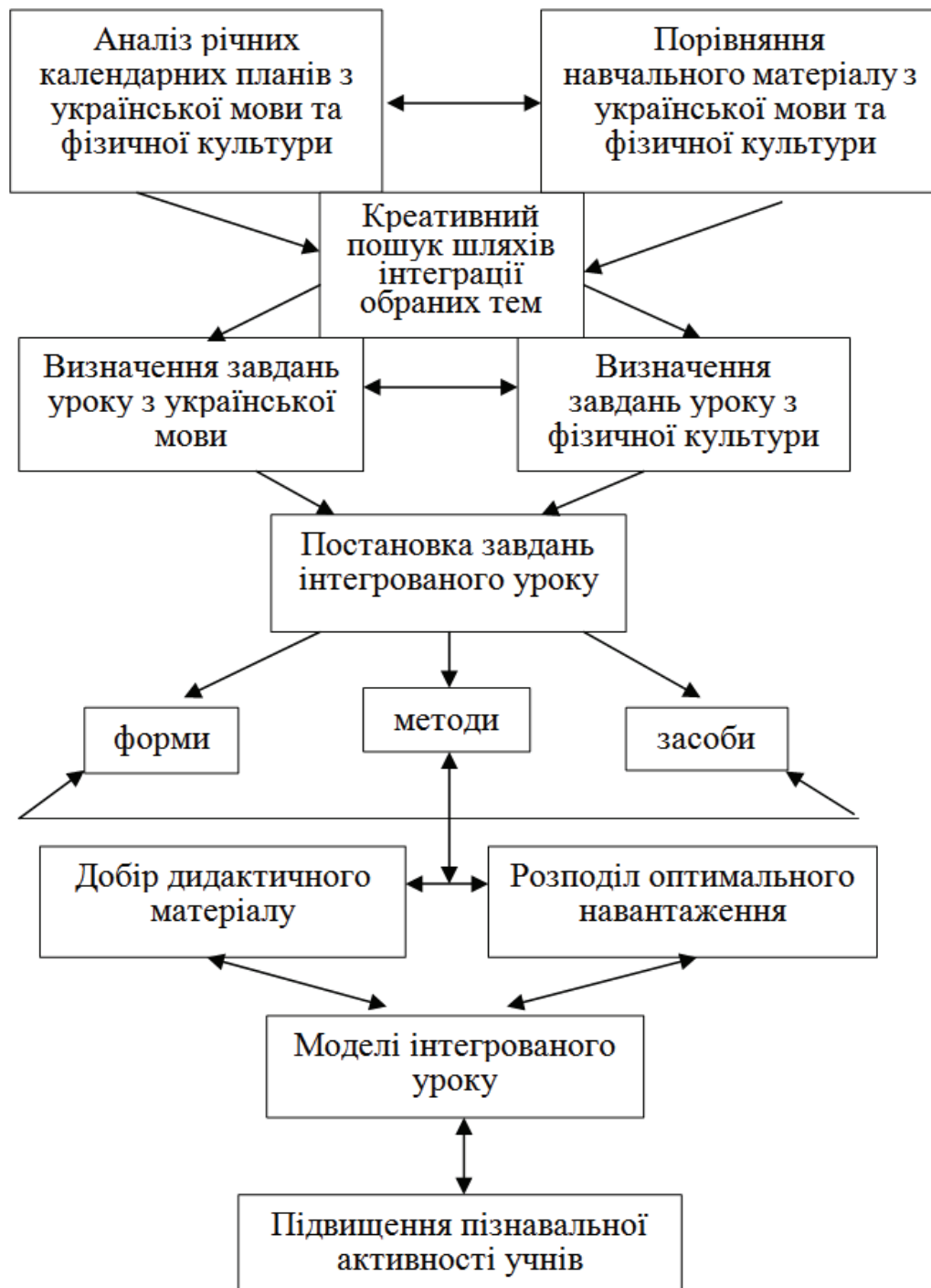


Рис. 2. Алгоритм розроблення інтегрованого уроку з фізичної культури та української мови

Виявлено, що під час інтегрованих уроків фізичної культури та української мови дитині надається можливість проявити себе з позиції творчого суб'єкта, залучитися до діяльності з метою самореалізації або випробування своїх можливостей, проявити свій інтерес й активність, ширше розвинути пізнавальні процеси і

міжособистісне спілкування. Крім того, це сприяє реалізації природної потреби дитини в руховій активності. Сформовано алгоритм розроблення інтегрованого уроку з фізичної культури та української мови, в якому логічно поєднується та взаємодоповнюється програмовий матеріал обох предметів.

Використані джерела

1. Біляєв О. (2003). Інтегровані уроки рідної мови. Дивослово. № 5. С. 36.
2. Закон України «Про освіту» URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>
3. Кузніцина А. О., Воєділова О. М. (2018). Інтегровані уроки фізичної культури для школярів, як один із шляхів підвищення якості освітнього процесу. *Гуманітарний корпус: збірник наукових статей з актуальних питань проблем філософії, культурології, психології, педагогіки та історії*. Випуск 18. Вінниця: ТОВ «ТВОРИ». С. 16–19.

Kuznitsyna A. O., Voiedilova O. M., Dzhengerо O. L.

ALGORITHM OF DEVELOPMENT OF INTEGRATED LITERARY FROM PHYSICAL CULTURE AND UKRAINIAN LANGUAGE

The scientific article is devoted to the important problem of the current state of the educational process in Ukraine. Information is written on the basis of a thorough acquaintance with the context of educational reforms and the work of predecessors. The relevance and usefulness of integrating lessons of a multiform cycle, namely: Ukrainian language and physical culture, is revealed. Developed lessons will promote the development of students' cognitive activity, increase motivation to engage in motor activity and consolidate knowledge of Ukrainian language. As a result of the elaboration of theoretical sources and tasks we set up, an algorithm for developing an integrated lesson on physical culture and Ukrainian language was created, which would be of practical significance for the modern teacher.

Key words: *algorithm, integration, physical culture, Ukrainian language, lesson.*

Стаття надійшла до редакції 09.04.2019 р.

Лисенко Л. Л., Мельникова-Егорченко Н. С., Рижик Т. О.

ПРАКТИКА ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ НА УРОЦІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті обґрунтовано програму впровадження інтерактивних технологій навчання в урок фізичної культури учнів середнього шкільного віку за варіативним модулем «баскетбол». Визначено вплив інтерактивних методів на ефективність навчання техніки кидка м'яча однією рукою в стрибку з баскетболу.

***Ключові слова:** інтерактивні методи, урок фізичної культури.*

Вступ. Великого значення у Концепції Нової української школи набуває аспект педагогіки партнерства між усіма учасниками освітнього процесу, актуалізація переходу освіти на нову, особистісно орієнтовану парадигму [3], засновану на ідеології дитиноцентризму [1], характерною рисою якої є взаєморозуміння, взаємодія, творча співпраця учнів і учителя. Головним завданням педагогіки партнерства, – зазначено в порадику для вчителя «Нова українська школа», – є подолання інертності мислення, перехід на якісно новий рівень побудови взаємовідносин між учасниками освітнього процесу [4].

На наш погляд, існує потреба в обґрунтуванні та розробці технології впровадження інтерактивних методів навчання в урок фізичної культури, що дозволить стимулювати пізнавальну діяльність, ініціативність, самостійність учнів та якість вирішення педагогічних задач уроку.

Метою дослідження є обґрунтування та розробка програми впровадження інтерактивних методів навчання в урок фізичної культури та експериментальна перевірка її ефективності.

Завдання дослідження

1. Розробити програму впровадження інтерактивних технологій навчання в урок фізичної культури (варіативний модуль «баскетбол», 7 клас).

2. Визначити ефективність впровадження інтерактивних методів на сформованість техніки кидка м'яча однією рукою в стрибку з баскетболу.

Методи, організація дослідження. Дослідження проводились в умовах ЗСО № 12 м. Чернігова, в дослідженні взяли участь учні середнього шкільного віку (42 особи).

Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі методи дослідження: аналіз наукової і науково-методичної літератури; спостереження; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Результати досліджень та їх обговорення. Вчитель фізичної культури виховує не лише власним прикладом, застосуванням певних традиційних педагогічних методів, але і завдяки співпраці з учнем, організації колективних творчих справ (захист колективних творчих продуктів з метою набуття необхідних компетентностей; колективна форма проведення підготовчої частини уроку; підготовка змагань, спортивно-масових видовищ тощо), спільного подолання певних труднощів, у тому числі й фізичних (туристичні походи та інше).

Для підсилення ефективності освітнього процесу в уроці фізичної культури можливо використовувати інтерактивні методи, які реалізуються завдяки активній взаємодії учнів і дозволяють на основі внеску кожного з них у загальну справу отримувати нові знання, організувати спільну діяльність, від окремої взаємодії двох-трьох учнів до широкої співпраці колективу класу [5].

Щоб дійсно отримати запланований результат при реалізації певної технології, педагог повинен оцінити умови проведення занять, можливості учнів і вибрати відповідні засоби, методи, форми організації, методичні прийоми навчання, способи стимулювання діяльності учнів в залежності від їх індивідуальних особливостей. Практика показує, що навчання як процес накопичення знань, формування умінь, навичок протікає успішно лише в тому випадку, коли забезпечується досить високий рівень активності учнів [2].

**Програма впровадження інтерактивних технологій навчання
в урок фізичної культури
(варіативний модуль баскетбол (7 клас))**

Урок 1	
Ознайомити з технікою безпеки під час занять баскетболом	«Акваріум»
Ознайомити з методикою оцінки технічних елементів в баскетболі	«Рольова гра, імітація»
Удосконалювати навички самоконтролю під час занять баскетболом	«Коло ідей», «Заверши фразу»
Урок 2	
Ознайомити з технікою кидка однією рукою в стрибку	«Рефлексивна мішень»
Закріпити різноманітні способи пересування та ведення м'яча	Інтерактивний метод оцінювання
Сприяти розвитку сили м'язів плечового поясу	Доповни фразу, Інтерактивне д/з
Урок 3	
Вчити техніці кидка однією рукою в стрибку	«Рефлексивна мішень»
Закріпити передачі та ловіння м'яча в баскетболі	Доповни фразу
Сприяти розвитку стрибучості	Крісло автора
Урок 4	
Ознайомити з технічними прийомами нападу і захисту у взаємодії з партнером	«Рефлексивна мішень»
Закріпити техніку кидка однією рукою в стрибку	«Акваріум»
Сприяти розвитку швидкісних здібностей	«Ланцюг побажань»
Урок 5	
Оцінити техніку кидка однією рукою в стрибку	«Метод інтерактивного оцінювання»
Розвивати координаційні здібності	Крісло автора, Інтерактивне д/з

Нами було обґрунтовано та розроблено технологію впровадження інтерактивних методів навчання в урок фізичної культури (на прикладі варіативного модуля «баскетбол» для 7 класу), основною метою якої є активізація мисленнєвих процесів учнів для вирішення оздоровчих, освітніх та виховних задач; сприяння розвитку у них рефлексії, креативних здібностей для подальшого фізичного удосконалення у процесі життя.

Ефективність навчання техніки кидка однією рукою в стрибку з баскетболу визначалась за кількістю влучних кидків (з 10-ти можливих). Результати досліджень наведено в табл. 2.

Таблиця 2

Ефективність навчання техніки кидка однією рукою в стрибку з баскетболу (n=42) (за кількістю влучних кидків)

	До експерименту	Після експерименту	p
Контрольна група	2,4	3,5	> 0,05
Експериментальна група	2,3	4,8	< 0,05
	> 0,05	<0,05	

Середня кількість влучних кидків учнів контрольної й експериментальної групи на початку досліджень статистично не відрізняються (в експериментальній групі середня кількість влучних кидків становить 2,3, а в контрольній 2,4, різниця не суттєва ($p > 0,05$)). За час експерименту в обох групах покращилися показники, що відображають сформованість рухової навички. Однак це поліпшення в різних групах учасників експерименту носило різний характер.

Середня кількість влучних кидків учнями контрольної й експериментальної групи статистично відрізняються, в експериментальній групі середня кількість кидків становить 4,8, а в контрольній 3,5 ($p < 0,05$). В експериментальній групі, де використо-

увались інтерактивні методи на уроці фізичної культури, влучність кидка покращилась на 25 % ($p < 0,05$), а в контрольній групі, де навчання відбувалось за стандартною схемою, – на 11 % ($p > 0,05$).

Спостереження за освітнім процесом дозволили виявити, що використання інтерактивних методів дозволяє учню виходити на позицію суб'єкту навчання і це активізує його пізнавальну активність, процес навчання рухової дії (формування рухової навички) стає свідомим. Це підтверджується результатами оцінки рівня мотивації до успіху (за Т. Елерсом). За допомогою цієї методики ми виявили, що на початку досліджень і в контрольній, і в експериментальній групах рівень мотивації до успіху був нижче середнього. Після впровадження нами інтерактивних методів навчання в експериментальній групі, в кінці досліджень рівень їх мотивації підвищився до середнього, а показник мотивації до успіху контрольної групи залишився на вихідному рівні.

Отже, впровадження інтерактивних методів навчання на уроці фізичної культури дозволили урізноманітнити діяльність учнів на уроці, активізувати їх пізнавальну активність, що у свою чергу сприяло більш якісному навчанню рухових дій.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Встановлено позитивний вплив використання інтерактивних методів на уроці фізичної культури на ефективність навчання рухових дій, а саме техніки кидка м'яча однією рукою в стрибку з баскетболу. Інтерактивні методи навчання дозволяють вирішувати такі завдання: активне залучення кожного учня до процесу засвоєння навчального матеріалу; підвищення пізнавальної мотивації; вміння працювати з командою і в команді; виховання лідерських якостей; брати на себе відповідальність за спільну і власну діяльність з досягнення результату.

Використані джерела

1. Кремень В. Г. (2008). Філософія людиноцентризму в стратегіях освітнього простору. К.: Педагогічна думка. 424 с.
2. Лысенко Л. Л. (2013). Технология внедрения интерактивных методов обучения в урок физической культуры. *Современная система образования: опыт прошлого – взгляд в будущее: сборник материалов Ежегодной международной научно-*

- практической конференции, посвященной Дню Учителя / Под общ. ред. С. С. Чернова. Новосибирск: Издательство ЦРНС. С. 22–27.
3. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи / упоряд. Гриневич Л. [та ін.]. Київ : МОН України, 2016. 34 с.
 4. Нова українська школа: poradnik для вчителя / Під заг. ред. Бібік Н. М. К.: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2017. 206 с. С. 16.
 5. Пометун О., Пироженко Л. (2002). Інтерактивні технології навчання: теорія і практика. К., 136 с.

Lysenko L. L., Melnykova-Yehorchenko N. S., Ryzhyk T. O.

THE PRACTICE OF INTERACTIVE METHODS OF EDUCATION USING AT PHYSICAL CULTURE LESSON

The article substantiates the program of interactive technologies of education introduction in physical culture lesson of middle school age pupils for the variant module "basketball". The positive influence of the use of interactive methods at physical culture lessons on the effectiveness of the process of teaching motor activity, namely, the technique of throwing a ball with one hand in a basketball jump, is established. It is determined that interactive methods of education allow solving the following tasks: active inclusion of each pupil in the process of learning the educational material; increase of cognitive motivation; ability to work with team and in team; upbringing of leadership qualities.

Key words: *interactive methods, physical culture lesson.*

Стаття надійшла до редакції 08.04.2019 р.



Секція 4. ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ЯК МІЖДИСЦИПЛІНАРНА ПРОБЛЕМА

УДК 373.5.015.31:613.8: [373.5.016:796

Зоренко В. В.

Науковий керівник: Жара Г. І.

СИСТЕМА РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З ФОРМУВАННЯ ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ 12-14 РОКІВ

Робота присвячена ознайомленню з напрямками формування духовного здоров'я школярів 12–14 років у системі роботи вчителя фізичної культури. Визначено, що духовність є складним комплексом взаємопов'язаних характеристик, які формуються у процесі освіти. Основними напрямками формування духовного здоров'я є: розвиток світогляду учнів, використання культурних здобутків нашого народу, взаємодія школи і сім'ї, використання спортивно-масових і групових занять, олімпійської освіти.

Ключові слова: *духовність, здоров'я, фізична культура, людина.*

Вступ. Духовний розвиток вважається найефективнішим шляхом, який може усунути причини життєвих проблем сучасної людини. На сьогодні саме бездуховність та неосвіченість вважаються головними причинами абсолютно всіх негараздів та хвороб людини [3, с. 16].

Усе більше і більше науковців підсилюють значення духовних надбань у процесах розвитку суспільства, і, зокрема, виховання дітей. Так, І. Д. Бех [1], Ю. Д. Бойчук зі співавторами [3], М. С. Гончаренко [2] вважають, що «духовні уподобання повинні починатися в родині й охоплювати всі галузі прояву індивіда. Вони повинні дозволяти людям обумовлювати свої рішення, забезпечувати

соціальний, економічний і духовний добробут людей. Права людини і загальні етичні цінності охороняють нас від повторення трагедій минулого й надають нам бачення майбутнього світу, в якому права людини та етичні норми світової духовної культури стануть неписаними законами і будуть виконуватися природно, як засіб життя» [3, с. 16].

Мета і завдання роботи: розкрити напрямки формування духовного здоров'я школярів 12-14 років у системі роботи вчителя фізичної культури.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення філософської, психологічної, педагогічної літератури.

Результати досліджень та їх обговорення. Взаємодія сім'ї та школи у формуванні духовного здоров'я підлітків сприяє активній життєвій позиції, усвідомленості моральної поведінки, цінностей здорового способу життя, адже разом зі школою на дитину, безумовно, впливає її сім'я [4, с. 94]. Для успішної роботи вчителям необхідно знати традиції сім'ї, прагнути до встановлення тісного взаємозв'язку з батьками.

Перед загальноосвітньою школою ставиться завдання підготовки гармонійно розвиненої особистості, здатної самостійно оцінювати те, що відбувається, і будувати свою діяльність відповідно до інтересів оточення. Вирішення цього завдання пов'язане з формуванням стійких духовних якостей особистості школяра.

До найбільш складних завдань духовного виховання відноситься вироблення в учнів розуміння сенсу того, що відбувається, прагнення до висловлення власної точки зору, вироблення вміння співвідносити властиву дітям мотивацію самоствердження з визначенням життєвих перспектив, творчим самовтіленням, внутрішньою свободою [6].

Під духовним вихованням розуміється процес сприяння духовно-моральному становленню людини, формуванню у неї: моральних почуттів (совісті, боргу, віри, відповідальності, громадянськості, патріотизму); моральності (терпіння, милосердя, лагідності, незлобивості); моральної позиції (здатності до розрізнення добра і зла, прояву самовідданої любові, готовності до подолання життєвих випробувань); моральної поведінки (готовності служіння людям і Батьківщині, прояви духовної розсудливості, слухняності, доброї волі) [6, с. 54].

У практиці роботи вчителя фізичної культури значних зусиль потрібно докладати до формування духовної складової здоров'я учнів. Через спортивно-масові заходи і групові заняття може

відбуватись формування в учнів інтересу до фізичної культури і спорту, розвиток духовних якостей. Змагальні форми занять з фізичного виховання (спартакіади, «малі» олімпіади, спортивні змагання тощо) відкривають широкі можливості для підвищення емоційного тону та активності учнів. «Змагальні форми занять – не стільки спосіб досягнення перемоги або значного спортивно-технічного результату, скільки форма емоційного наповнення спілкування, здорового відпочинку і розваги. Беручи участь у змаганнях, школярі збагачуються новими враженнями, глибше познають себе і своїх товаришів, переживають радість перемог і гіркоту поразок» [5, с. 98].

Використання надбань українського народу, який упродовж тривалого історичного розвитку творив самобутні види фізичних вправ, рухливих ігор, забав, дозвіль, танців, пісень, удосконалював способи їх використання, які надалі увійшли до складу своєї національної системи культурно-спортивних заходів, також є невід'ємним елементом роботи вчителя фізичної культури. Тому використання на уроках елементів національної культури сприяє не лише відродженню національних традицій, а й поширенню елементів здорового способу життя, спортивної культури серед учнів [4; 6]. Використання у виховному процесі засобів олімпійської освіти сприяє розвитку в учнів здібностей до художнього відображення спорту, його гуманістичного осмислення, формування духовних, фізичних і моральних цінностей особистості [1].

Науковці [3] вважають шляхами формування духовного здоров'я особистості досягнення певного рівня світогляду: формування цілей життя; інтеріоризацію загальнолюдських цінностей, формування інтелектуальної сфери, культури мислення, формування емоційно-вольової сфери, яка забезпечує культуру емоцій, поведінки. При цьому тільки комплексно досягається цілісність фізичного, психічного, духовного розвитку, жодна сторона не виступає як самоціль, вони взаємодіють, взаємозбагачуються, усі разом слугуючи розв'язанню одного загального завдання – усебічного і гармонійного розвитку особистості [3, с. 20].

Висновки і перспективи подальших розвідок. Проведений аналіз наукових джерел показав, що у системі роботи вчителя фізичної культури є можливості для формування і розвитку духовного здоров'я школярів на уроках і в позаурочній діяльності. Основними напрямками цього процесу є: розвиток загального і валеологічного світогляду учнів, використання культурних здобутків нашого народу, взаємодія школи і сім'ї, використання

спортивно-масових і групових занять, олімпійської освіти. Перспективами подальших досліджень вважаємо розробку методики формування духовного здоров'я школярів 12-14 років у процесі навчання фізичної культури.

Використані джерела

1. Бех І. Д. (2006). Виховання особистості : Сходження до духовності. К. : Либідь. 272 с.
2. Гончаренко М. С. (2011). Духовность, здоровье, образование : учебное пособие. Харьков : «БУРУН КНИГА», Киев : КНТ. 176 с.
3. Духовне здоров'я молодших школярів: теоретико-методичні аспекти формування : [метод. реком. для викл. вищ. пед. навч. закл.] / Бойчук Ю. Д., Науменко Н. В., Бородіна О. С., Галій А. І., Голуб Н. М., Козачек Н. О., Міщенко О. А., Пашинський П. П., Потамошнієва О. М., Райчук М. І., Сінопальнікова Н. М., Туренко Н. М., Щербак І. М. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2014. 37 с.
4. Кузьмінський А. І. (2007). Педагогіка : навчальний посібник. К. : Знання. 447 с.
5. Словник-хрестоматія педагогічних понять : навчальний посібник. Луганськ, 2004. 272 с.
6. Фіцула М.М. (2005). Педагогіка : навчальний посібник. К. 560 с.

Zorenko V. V.

Scientific supervisor: Zhara H. I.

THE SYSTEM OF THE PHYSICAL CULTURE TEACHER'S WORK FOR THE SPIRITUAL HEALTH FORMATION OF 12-14 YEARS SCHOOLCHILDREN

The work is devoted to acquaintance with the directions of spiritual health formation of 12-14 years schoolchildren in the system of the physical culture teacher's work. It is determined that spirituality is a complex of interrelated characteristics that are formed in the process of education. The main directions of the spiritual health formation are: the development of the students' outlook, the use of cultural achievements of our country, the interaction of school and family, the use of sports-mass and group activities, Olympic education.

Key words: spirituality, health, physical culture, person.

Стаття надійшла до редакції 29.03.2019 р.

Кузьменко О. П., Шеремет І. В.,
Керусова О. В.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ЖІНОК, ХВОРИХ НА РАК МОЛОЧНОЇ ЗАЛОЗИ

Проаналізовано психологічні проблеми жінок з діагнозом «рак грудної залози», для лікування яких застосовують хірургічні методи, променеву терапію, хіміотерапію, гормонотерапію. Актуальність цієї проблеми зумовлена необхідністю подолання існуючих суперечностей між потребою підтримки психологічного стану жінок, хворих на рак грудної залози, і недостатньою розробкою психологічних стратегій вирішення цієї проблеми.

Ключові слова: рак молочної залози, психологічний стан хворих, жінки.

Вступ. Рак грудної залози (РГЗ) посідає перше місце у структурі онкологічної патології серед жіночого населення в усьому світі. Рівень захворюваності на РГЗ невпинно зростає. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я у 2012 р. в світі зареєстровано 1,67 млн нових випадків цієї хвороби. За даними Національного канцер-реєстру, протягом 2015 р. в Україні на РГЗ захворіли 14 332 жінки, що становило 73,8 на 100 тис. жіночого населення. В структурі смертності жінок України від злоякісних новоутворень РГЗ посідає перше місце – 24,5 % [2].

Актуальність дослідження обумовлена необхідністю зниження рівня негативних психоемоційних станів жінок, хворих на рак грудної залози, а також науковою важливістю [4] і водночас недостатньою розробленістю даної проблематики [3]. Ще донедавна в Україні мало уваги приділяли психологічним чинникам даної хвороби, але протягом останніх десятиліть саме вони є предметом пильної уваги у виявленні та лікуванні жінок на РГЗ.

Мета дослідження: виявити особливості психологічного стану жінок, хворих на рак молочної залози на різних етапах лікувального процесу.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури; індукція, дедукція, порівняння.

Результати дослідження та їх обговорення. У даний час у лікуванні злоякісних новоутворень, зокрема раку грудної залози, використовують різні методи в залежності від розмірів і локалізації пухлини [1]. Психологічні чинники важливі на усіх етапах лікування та реабілітації жінки. Найважливішими психологічними аспектами є ставлення до хвороби та особливості психоемоційної сфери, що визначають якість життя та впливають на внутрішню картину хвороби. Ставлення до хвороби у свою чергу визначає особливості поведінки жінки, зокрема, своєчасність виконання призначень, що у випадку онкопатології може мати визначальний вплив на подальший розвиток та перебіг етапів лікування та реабілітації [5].

Висновки і перспективи подальших розвідок. Таким чином, до хворих на РМЗ потрібно відноситись з особливим розумінням та толерантністю. Завчасно надавати психологічну допомогу для зменшення явищ дистресу та стресу, а також проводити реабілітаційні заходи зі зменшення наслідків оперативного втручання та хіміотерапії.

Перспективи подальших досліджень передбачають розробку індивідуалізованих програм психологічної реабілітації для поліпшення психологічного стану жінок, хворих на рак молочної залози.

Використані джерела

1. Самедов В. Х., Захарычев В. Д., Кузьменко А. П., Диденко Г. В. (2012). Влияние криодеструкции, локальной СВЧ-гипертермии и их комбинации на показатели иммунной системы у мышей с саркомой 37. *Клиническая онкология*, 4, с. 126-129.
2. Федоренко З. П., Гайсенко А. В., Гулак Л. О. та ін. (2017). Рак в Україні, 2015–2016. *Бюл. Нац. канцер-реєстру України*, 18, с. 123.
3. Челнокова М. С., Шеремет І. В., Василенко К. С. (2018). Особливості корекції негативних психоемоційних станів як наслідків конфліктів у навчально-виховному процесі засобами кінезіології. *Професійна освіта: методологія, теорія та технології*, 7/1, с. 243-258.
4. Bilyk V., Sheremet I. (2018). A New View of the Nature of Reality and the Teaching Higher-Level Cognitive Strategies. *Philosophy and Cosmology*, 22, 92-110.

5. Fei-Hsiu Hsiao., Wen-Hung Kuo., Guey-MeiJow et all. (2019). The changes of quality of life and their correlations with psychosocial factors following surgery among women with breast cancer from the post-surgery to post-treatment survivorship. *The Breast* 2019, 44(4), 59-65.

Kuzmenko A., Sheremet I., Kerusova O.

FEATURES OF THE PSYCHOLOGICAL STATE OF WOMEN WITH BREAST CANCER

The oncological diseases have a significant effect on the mental state of patients, which was reflected in the personal, behavioral and psychosocial levels of the functioning of patients. At different stages of treatment, the needs of cancer patients in psychological care differed, which was reflected in the priority of choice forms, conditions, duration and intensity of medical and psychological measures. Breast cancer is one of the most widened localizations of tumors in the world. Nowadays in the breast cancer treatment all known methods are used – surgery, radiation therapy, chemotherapy, hormonotherapy, biological therapy. The analysis of scientific sources showed that the main treatment for breast cancer is surgery, which has various complications.

Key words: *breast cancer, cancer patients, women, psychological state.*

Стаття надійшла до редакції : 27.02.2019 р.

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СЕНСОМОТОРНИХ РЕАКЦІЙ У МОЛОДІ 16-22 РОКІВ ПІД ВПЛИВОМ РІЗНИХ ВИДІВ ДІЯЛЬНОСТІ

Мета дослідження – з'ясувати, які види діяльності найкраще сприяють розвитку сенсомоторних реакцій (СМР). За допомогою методу хронорефлексометрії було досліджено швидкість сенсомоторних реакцій у 105 дівчат та хлопців віком 16-22 років, які займаються різними діяльностями. З'ясовано, що активне заняття додатковими видами діяльності (наприклад, музикою, спортом) або тривала гра у комп'ютерні ігри позитивно впливає на динаміку нервових процесів.

***Ключові слова:** сенсомоторна реакція, різні види діяльності, хронорефлексометр, нервова динаміка.*

Вступ. Сучасні роботодавці звертають усе більше уваги на особистість працівників (фізичну, інтелектуальну, емоційну сфери). Людина, яка виявляє активність у різних видах діяльності, може мати успіх як у своїй безпосередній роботі, так і знаходити швидкі та правильні рішення в екстрених ситуаціях. Проте слід зазначити, що специфічна діяльність супроводжується досить складними морфо-функціональними змінами, які виникають на фоні вираженого фізичного та психоемоційного напруження. Саме тому, все більш актуальною є необхідність забезпечення швидкої та ефективної підготовки організму людини до екстремальних умов діяльності [1; 2; 3; 5]. У фізичному плані це проявляється у вигляді сенсомоторних реакцій різного типу.

Мета і завдання дослідження – з'ясувати, які види діяльності найкраще сприяють розвитку сенсомоторних реакцій (СМР).

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, хронорефлексометрія, опитування, методи непараметричної статистики.

Організація досліджень. За допомогою методу хроно-рефлексометрії [4] було досліджено швидкість сенсомоторних реакцій у 105 дівчат та хлопців віком 16-22 років, які займаються різними діяльностями, а саме: командними і некомандними видами спорту, музикою, комп'ютерними іграми, а також їх однолітків, які не займаються жодним з цих видів діяльності.

Результати досліджень та їх обговорення. Дослідивши прості сенсомоторні реакції (ПСМР) та складні сенсомоторні реакції (ССМР) у досліджуваних груп молоді, отримали можливість проаналізувати відмінності у швидкості реакцій респондентів та у врівноваженості нервових процесів в їх ЦНС.

Медіани ПСМР на світло усіх груп представлені на рис. 1, на звук – на рис. 2.

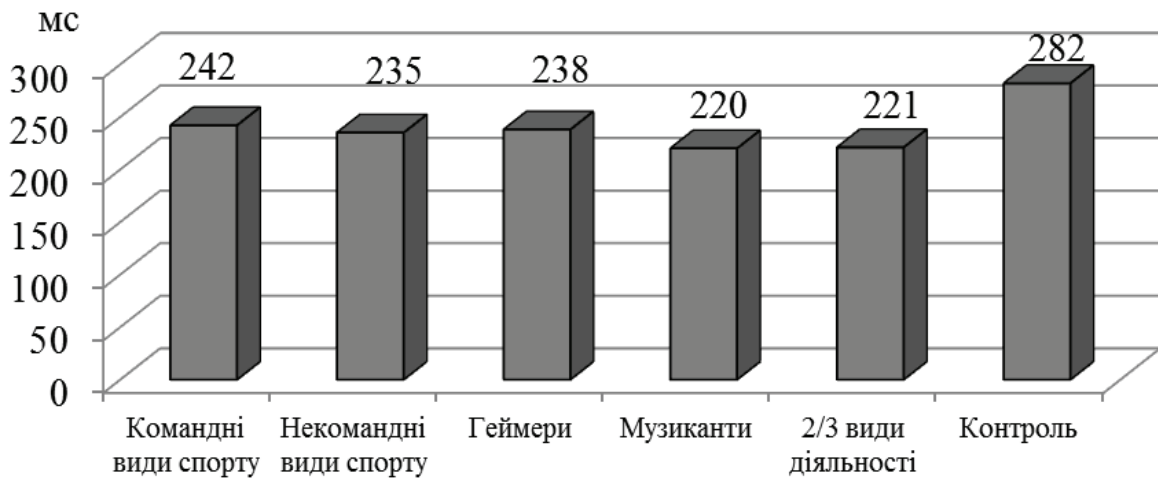


Рис. 1. Значення медіан реакції на світло усіх груп

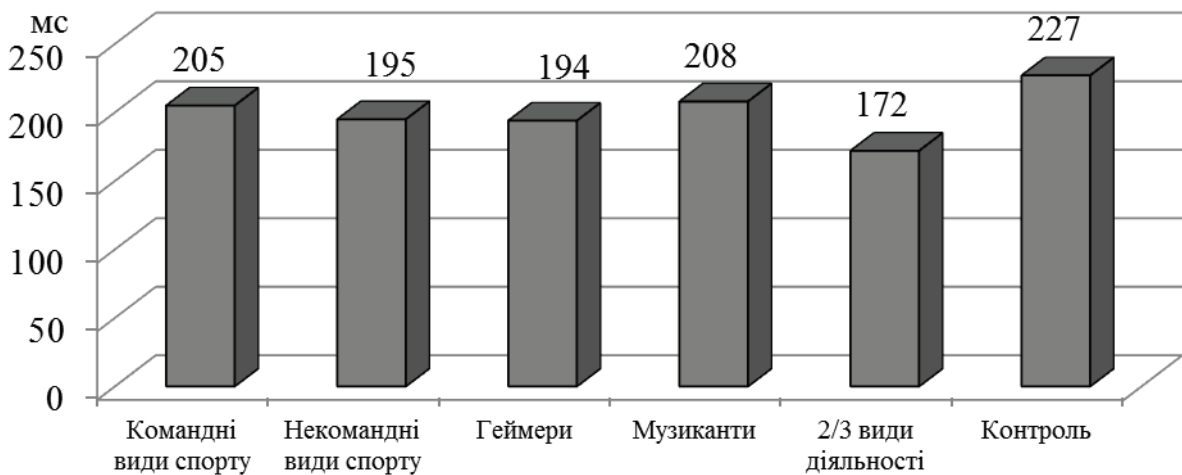


Рис. 2. Значення медіан реакції на звук усіх груп

З рис. 1. видно, що час ПСМР на світло найменший у респондентів, які займаються музикою, а також у тих, хто займається 2/3 видами діяльності одночасно. Найбільший час ПСМР на світло виявився у представників контрольної групи, які не займаються жодним з вказаних видів діяльності.

Час реакції на звук виявився найменшим у тих, хто займається 2/3 видами діяльності, а також у геймерів та представників некомандних видів спорту. Найбільший час ПСМР на звук також виявився у контрольної групи (рис. 2).

Вивчення ССМР продемонструвало суттєву перевагу тих молодих людей, які займаються 2/3 видами діяльності, у швидкості реагування на вибір червоного кольору порівняно з представниками інших груп, а також у кількості зроблених помилок. Медіани ССМР вибору червоного кольору показано на рис. 3, а відсоткові значення помилок – на рис. 4.

Близькі значення ССМР показали геймери та представники некомандних видів спорту (рис. 3).

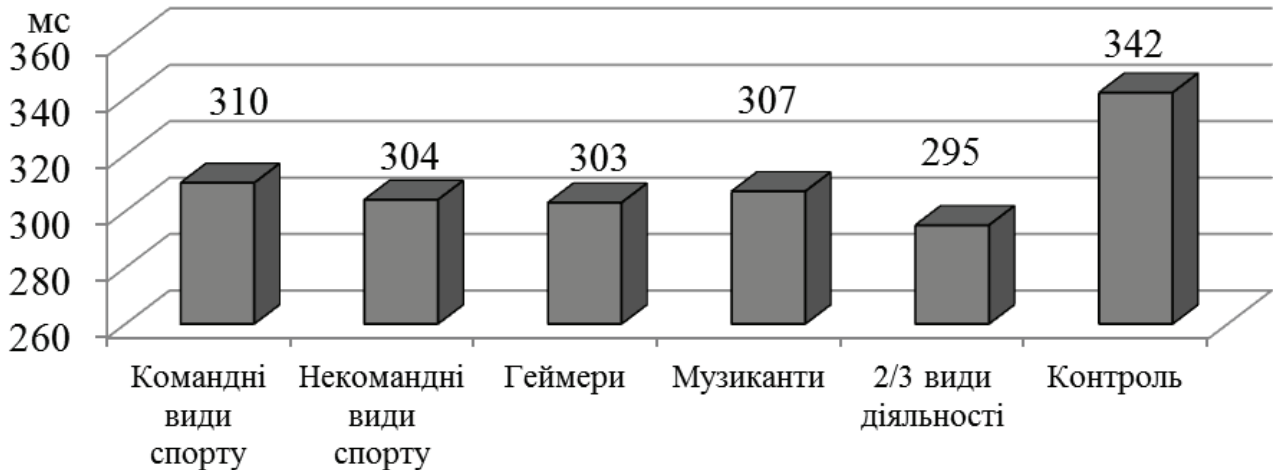


Рис. 3. Значення медіан ССМР вибору червоного кольору усіх груп

Водночас кількість помилок, зроблених респондентами під час вибору червоного кольору із різних подразників найменша у тих, хто займається 2/3 видами діяльності, після них – у представників командних видів спорту, третє місце посідають геймери (рис. 4).

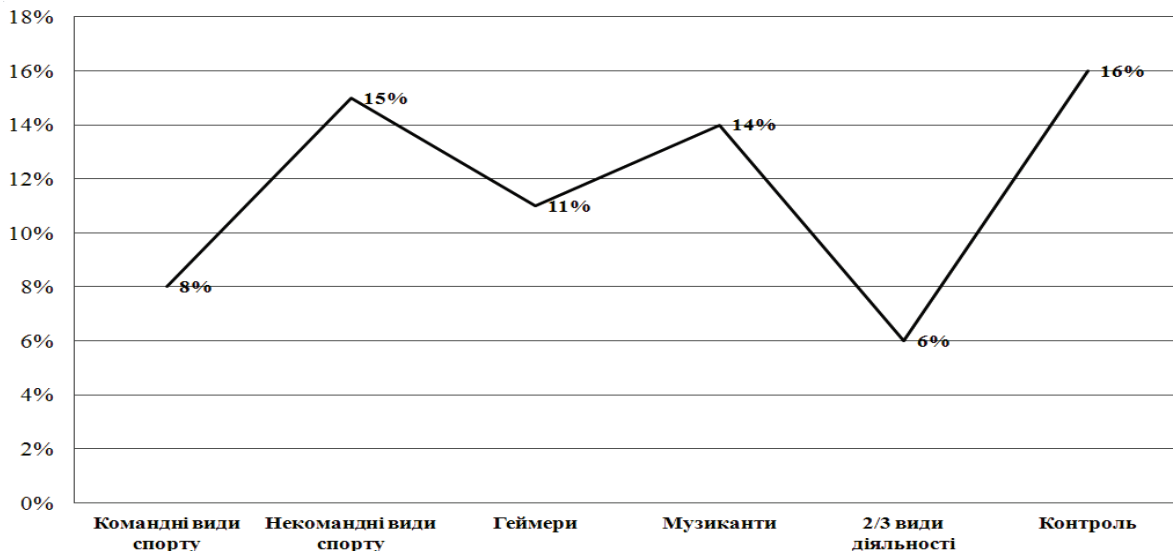


Рис. 4. Середній відсоток помилок під час дослідження складної сенсомоторної реакції досліджуваних усіх груп

В ході статистичного аналізу було виявлено, що представники жіночої статі зробили менше помилок, ніж представники чоловічої статі при вимірюванні ССМР.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Таким чином, заняття спортом, музикою та комп'ютерними іграми позитивно впливають на динаміку нервових процесів, покращують увагу та когнітивні процеси мозку. Для кращого розвитку уваги, швидкості і точності сенсомоторних реакцій дітям та молоді потрібно займатися спортом (особливо командними його видами), або музикою; в міру розумного, з правильним дозуванням у часі можна використовувати комп'ютерні ігри. Корисним буде поєднання декількох видів діяльності, наприклад, музика і спорт одночасно. Добре розвинені сенсомоторні реакції, отримані під час занять різноманітними видами діяльності, і пов'язані з ними навички будуть особливо корисними для молоді 16–22 років на етапі професійного становлення, оскільки вони будуть сприяти більш швидкому засвоєнню й опрацюванню інформації, кращому навчанню, розвитку такої затребуваної серед працедавців компетентності, як багатозадачність, а також більшої стресостійкості.

Використані джерела

1. Gong, D., He, H., Liu, D., Ma, W., Dong, L., Luo, C., & Yao, D. (2015). Enhanced functional connectivity and increased gray matter

- volume of insula related to action video game playing. *Scientific reports*. 5. 9763.
2. Takarae, Y., Luna, B., Minshew, N. J., & Sweeney, J. A. (2008). Patterns of visual sensory and sensorimotor abnormalities in autism vary in relation to history of early language delay. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 14(6), 980-989.
 3. Беленко, И. С. (2009). Психофизиологические особенности у юных спортсменов игровых видов спорта разного возрастного периода развития и тренированности. *Вестник Томского государственного педагогического университета*. 3.
 4. Жиденко, А. О. (2014). Психофізіологія. Чернігів. ЧНПУ. С. 26.
 5. Нехорошкова, А. Н., Грибанов, А. В., & Депутат, И. С. (2015). Сенсомоторные реакции в психофизиологических исследованиях (обзор). *Журнал медико-биологических исследований*. 1.

Maherramzade N. I.

Scientific supervisor: Zhara H. I.

FORMATION OF SENSORIMOTOR REACTIONS IN 16-22 YEARS OLD YOUTH UNDER THE INFLUENCE OF VARIOUS ACTIVITIES

The aim of the study is to find out which species better influence the development of sensorimotor reactions. For this, a chronoreflexometry test was used. We studied the rate (SMR) of 105 volunteers from 16 to 22 years. Results: the active occupation of additional activities (for example, music or sports) or a long computer games playing has a positive effect on the dynamics of nervous processes. Well-developed sensory-motor responses received during classes of various types of activities and their associated skills will be particularly useful for young people aged 16-22 at the stage of professional development, as they will facilitate faster learning and processing of information, better learning, and development of such demand among employers of competence, as multi-tasking, as well as greater stress tolerance.

Key words: *sensory-motor reaction, various activities, chrono-reflexometer, neural dynamics.*

Стаття надійшла до редакції 23.03.2019 р.

РУХОВА АКТИВНІСТЬ СТУДЕНТІВ СТАРШИХ КУРСІВ

Зміцнення й збереження здоров'я студентів, підвищення рівня їхньої фізичної підготовленості є одним із головних завдань дисципліни «Фізичне виховання». Стаття присвячена проблемі рухової активності студентів старших курсів у закладі вищої освіти. Аналіз даних анкетування показав, що після закінчення курсу «Фізичне виховання» студенти продовжують займатися руховою активністю.

***Ключові слова.** аналіз, результати, рухова активність, студенти.*

Вступ. Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Одним із найважливіших завдань, які поставлені перед системою фізичного виховання у закладах вищої освіти України, є зміцнення здоров'я і підвищення рівня фізичної підготовленості студентської молоді. Для студентів закладів вищої освіти рухова активність є основною складовою їх здорового способу життя та всебічного розвитку. У сучасних умовах в Україні склалася критична ситуація зі станом здоров'я молоді, студенти мають відхилення в стані здоров'я, збільшилася кількість віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Власні дослідження та великий досвід практичної роботи у ЗВО дає підстави стверджувати, що організація навчальної діяльності з фізичного виховання і впровадження спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи в життєдіяльність студентської молоді потребують суттєвого удосконалення з урахуванням сучасних вимог. Виявлено низький рівень рухової активності, фізичного розвитку, фізичної підготовленості стану здоров'я та інтересу до занять з фізичного виховання у значної частини студентської молоді. Відсутність сформованої потреби у систематичних заняттях

фізичними вправами, дотримання здорового способу життя та негативне ставлення до навчального процесу з фізичного виховання призвело до суттєвого зниження рухової активності студентів, а в цілому і до зниження їхньої життєдіяльності [1, с. 493].

Аналіз даних вивчення тижневого бюджету часу свідчать, що студенти не раціонально використовують його протягом доби та тижня. Відведений час на фізкультурно-оздоровчі заняття не відповідає мінімальним біологічним потребам студентської молоді віком 18-21 років. Оцінка рухової активності студентської молоді вимагає перегляду затрат часу, використовуваних на активні заняття фізичними вправами та спортом. Рівень тижневого індексу рухової активності студентської молоді також знаходиться на низькому та помірному рівнях [2, с. 116].

Мета дослідження: визначення рівня рухової активності студентів старших курсів у закладі вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; анкетування серед студентів старших курсів у закладі вищої освіти.

Організація дослідження. Анкетування проводилось у студентів старших курсів викладачами кафедри фізичної культури Київського національного торговельно-економічного університету (КНТЕУ).

Результати дослідження та їх обговорення. В анкетуванні взяли участь 120 студентів, з них 46 % чоловіків і 54 % жінок. На першому і другому курсі секцію загальної фізичної підготовки відвідувало 25 % (із них 29 % чоловіків і 71 % жінок), волейбол – 24 % (із них 23 % чоловіків і 77 % жінок), бокс – 8 % (із них 90 % чоловіків і 10 % жінок), бадмінтон – 26 % (із них 63 % чоловіків і 37 % жінок), фітнес – 8 % (100% жінок), баскетбол – 8 % (із них 50 % чоловіків і 50 % жінок) – рисунок 1.

Результатами анкетування студентів 3-4 курсів були такі напрямки занять фізичним вихованням: карате – 3 % (із них 60 % чоловіків і 40 % жінок), йога – 4 % (100 % жінок), в залі – 17 % (із них 41 % чоловіків і 59 % жінок), виступи на змаганнях – 11 % (із них 47 % чоловіків і 53 % жінок), в секції – 17 % (із них 38 % чоловіків і 62 % жінок), з тренером – 16 % (із них 48 % чоловіків і 52 % жінок), самостійно – 32 % (із них 53 % чоловіків і 47 % жінок) – рисунок 2.

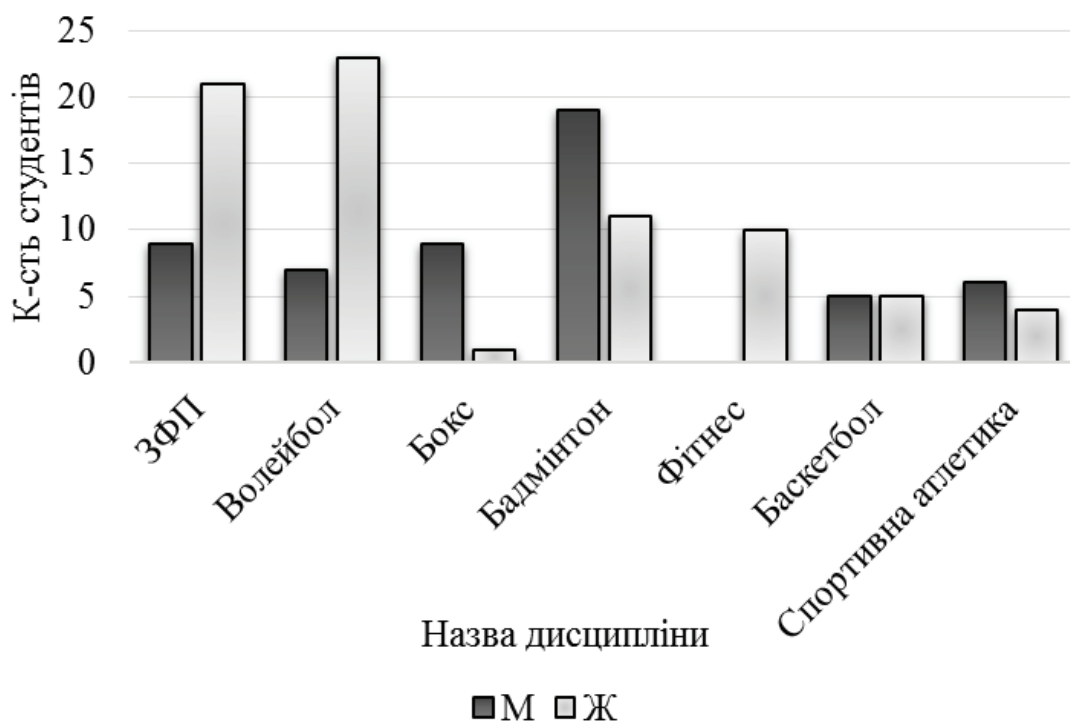


Рис. 1. Відвідування секцій студентами на першому та другому курсах

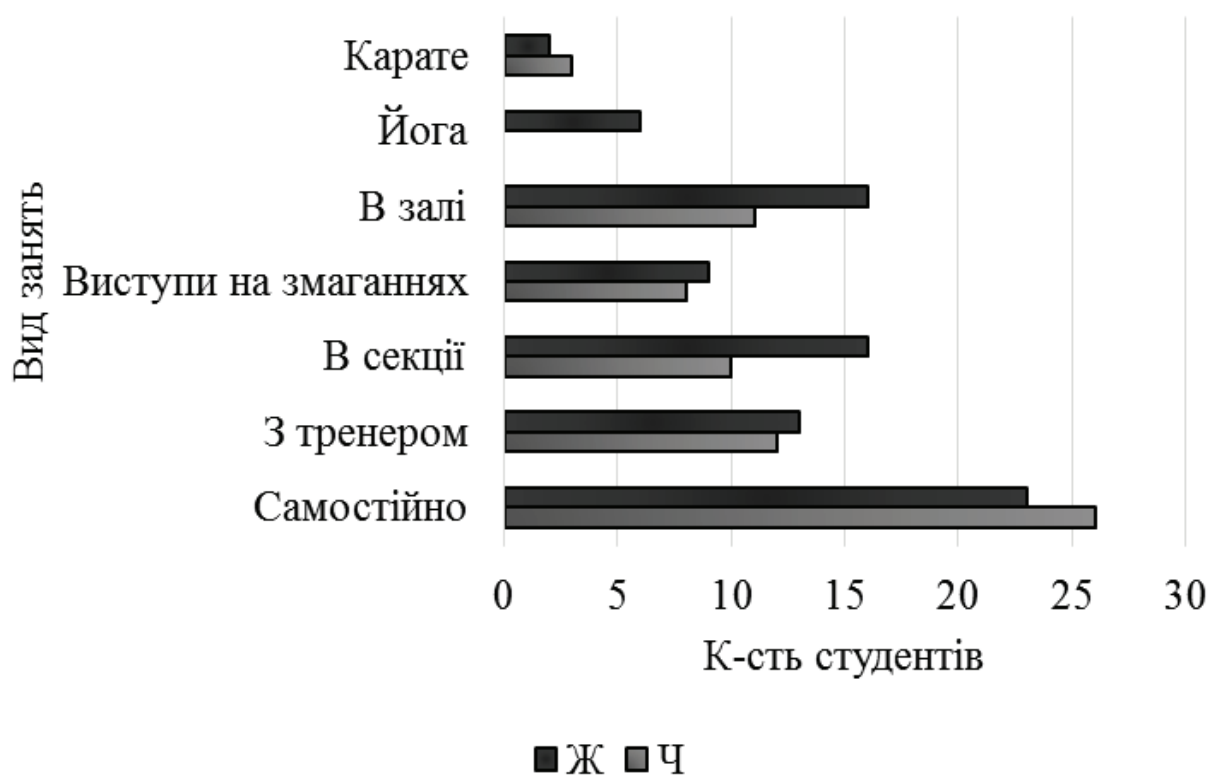


Рис. 2. Види рухової активності студентів старших курсів

Аналіз даних анкетування показав, що після закінчення курсу «Фізичне виховання» деякі студенти продовжують займатися руховою активністю.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Зміцнення й збереження здоров'я студентів, підвищення рівня їхньої фізичної підготовленості – найактуальніші з головних завдань, які стоять перед українським суспільством. Таким чином, необхідні нові форми організації, викладання і взагалі удосконалення системи фізичного виховання у закладах вищої освіти України. Перспективи подальших розвідок полягають у вдосконаленні рухової активності та фізичної підготовленості студентів.

Використані джерела

1. Грибан Г. П. (2009). Життєдіяльність та рухова активність студентів. Житомир: Вид-во Рута. 593 с.
2. Дзензелюк Д. О., Грибан Г. П., Денисовець А. П. (2014). Рухова активність студентів під час навчання у вищих навчальних закладах. *Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції.* Дніпропетровськ. С. 112-117.

Pavlishina K. I.

Scientific supervisor: Samolenko T.V.

MOTOR ACTIVITY OF SENIOR COURSES STUDENTS

Strengthening and maintaining the health of students, improving their physical fitness is one of the main tasks of the discipline "Physical education". The article is devoted of the problem of senior students' motor activity in higher education institutions. Analysis of the survey data showed that after the completion of the course "Physical education" students continue engaging in motor activity.

Key words: *analysis, results, motor activity, students.*

Стаття надійшла до редакції: 13.03.2019 р.

УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ АГРАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ СЛОБОЖАНСКОГО РЕГИОНА УКРАИНЫ

В статье научно обоснована важность физической подготовленности студентов при подготовке их к профессиональной деятельности, представлен анализ уровня физической подготовленности студентов аграрных специальностей. Сделаны выводы о необходимости реформирования существующей системы физического воспитания высших учебных заведений аграрного профиля.

Ключевые слова: *физическая подготовленность, физические качества, студенты аграрных специальностей, физическое воспитание.*

Постановка проблемы. На сегодняшний день в Украине сложилась неблагоприятная ситуация с кадровым обеспечением аграрной промышленности квалифицированными специалистами, способными к успешной продуктивной профессиональной деятельности. Одной из главных причин возникновения проблемы является низкий уровень физического здоровья и физической подготовленности выпускников высших учебных заведений аграрного профиля. Так, по свидетельству специалистов, большая часть из них физически не может удовлетворить современные требования рынка труда [1, с. 7]. Данная статья выполнена в соответствии с планом научно-исследовательской работы кафедры теории и методики физической культуры Сумского государственного педагогического университета имени А. С. Макаренко на 2016–2020 гг. по теме «Теоретические и методические основы физкультурного образования различных групп населения» (номер государственной регистрации 0116U000900).

Анализ последних исследований и публикаций. Ухудшение состояния здоровья молодежи вызывает беспокойство не только теоретиков, но и практиков, участвующих в разработках спортивно-оздоровительных программ, методических рекомендаций, направленных на оптимизацию системы физического воспитания в учебных заведениях высшей школы [1, с. 6]. Исследованию проблемного поля, системы физического воспитания студентов высших учебных

заведений посвящены научные труды Г. Л. Апанасенко, Т. Ю. Круцевич, А. С. Куца, Н. В. Москаленко, Г. Т. Раевского и др.

Современная наука в сфере физической культуры дает интегрированную оценку здоровья человека, связанную с многофакторностью и синкретичностью ее составляющих: уровня двигательной активности, генетики, пола, энергетического потенциала, условий обучения и образа жизни [5, с. 239]. И в этом контексте основными элементами укрепления здоровья будущего поколения специалистов различных отраслей производства и непромышленных сфер выступают физическая культура, спорт и социальная ориентация студенчества на здоровый образ жизни [3, с. 84]. Основы процесса формирования гармонично развитой личности будущего специалиста закладываются в высшей школе. В то же время, остро стоит вопрос нехватки квалифицированных профессиональных кадров, в частности в аграрной промышленности Украины [6, с. 131].

Для эффективного решения задач физического воспитания студентов очень важно иметь достоверную информацию об их уровне физической подготовленности и здоровья, а также степени соответствия содержания учебной программы интересам студентов [2, с. 43]. Поскольку основная цель физического воспитания в ВУЗе заключается в формировании физической культуры индивида и возможности её реализации в социальной и профессиональной среде, а также в быту [4, с. 117].

Цель данной статьи: определить уровень физической подготовленности студентов аграрных специальностей ВУЗов Слобожанского региона Украины, согласно требований тестов и нормативов, разработанных Министерством образования и науки.

Методы и организация исследования. В исследовании приняли участие 864 студента аграрных специальностей I–III курсов Харьковского национального технического университета сельского хозяйства им. Петра Василенко ($n = 315$), Сумского национального аграрного университета ($n = 431$) и Глуховского агротехнического института им. С. А. Ковпака ($n = 108$). Тесты, оценивающие физическую подготовленность соискателей высшего образования (в возрасте 18–20 лет) включают следующие нормативы: равномерный бег 3000 м, подтягивание на перекладине, прыжок в длину с места, бег 100 м, челночный бег 4×9 м и наклон туловища вперед из положения сидя. Результаты каждого теста оценивались по количественным и качественным критериям. Основу количественного критерия составляют баллы – от пяти до двух. По количеству набранных баллов рассчитывалась качественная оценка:

высокий уровень оценивался в пять баллов; достаточный уровень – четыре балла, средний уровень – три, низкий уровень – два балла. Результаты студентов, которые не укладывались в требования нормативов, оценивались в ноль баллов. По сумме количественных оценок определялся суммарный балл физической подготовленности студентов аграрных специальностей ВУЗов Слобожанщины.

Результаты исследования и их обсуждение. При сравнении среднестатистических значений результатов выполнения тестов учащимися I, II и III курсов, то лучшими оказались показатели студентов I курсов; немного ниже показатели имеют студенты II курсов; низкие показатели физической подготовленности демонстрируют студенты III курсов. Следует отметить, что среднестатистические значения большинства показателей студентов I–III курсов находятся в пределах низкого уровня физической подготовленности.

По результатам теста «Равномерный бег 3000 м» высокий уровень имеют 0,2 % юношей; 5,7 % имеют достаточный уровень; 18,2 % демонстрируют средний уровень. Низкий уровень физической подготовленности по тесту «Равномерный бег 3000 м» был выявлен у 75,9 % студентов. Также отмечаем, что 43,1 % студентов показали результаты, которые находятся за чертой низкого уровня (> 15,3 мин).

Проанализировав результаты теста «Подтягивание на перекладине», можно сделать выводы, что среди студентов 1,7 % имеют высокий уровень; достаточный уровень продемонстрировали 6,2 %; 19,8 % юношей демонстрируют средний уровень; на низком уровне находятся результаты 72,3 % участников тестирования. 31,5 % студенческой молодёжи, выполнили данное испытание с результатом ниже минимального (<10 раз).

Анализ результатов теста «Прыжок в длину с места» показал, что 0,7 % студентов имеют высокий уровень; 2,2 % демонстрируют достаточный уровень; 13,7 % имеют результаты на среднем уровне. Низкий уровень теста «Прыжок в длину с места» был выявлен у подавляющего большинства будущих аграриев – 83,4 %. 30,8 % студентов показали результаты, которые находятся за чертой низкого уровня (<205 см).

Пять баллов и высокий уровень по тесту «Бег 100 м» не получил ни один студент. Достаточный уровень по данному испытанию имеют 0,9 % юношей; 17,4 % продемонстрировали средний уровень. Низкий уровень в беге на 100 м показали 81,7 % испытуемых. 50,4 % студенчества выполнили данный тест с результатом ниже минимального (>15,0 с).

Статистическая обработка результатов теста «Челночный бег 4×9 м» констатировала, что 1,3 % будущих аграриев имеют высокий уровень результатов; 13,2 % продемонстрировали достаточный уровень; 24,1 % показали средний уровень; показатели 61,4% студентов находятся на низком уровне; 26,2 % будущих агрономов выполнили данный тест с результатом ниже минимального (>10,4 с).

Анализ результатов теста «Наклон туловища, в положении сидя» показал, что 2,3 % мужчин имеют высокий уровень гибкости; 7,4 % демонстрируют достаточный уровень; 11,5 % показывают средний уровень; низкие результаты по данному тесту зафиксировано у 78,8 % будущих специалистов сферы сельского хозяйства; 23,4 % показали результаты, которые находятся за чертой низкого уровня (<6 см).

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Интегральный анализ полученных результатов позволил определить уровень физической подготовленности студентов аграрных специальностей как очень низкий. Ни один будущий специалист не продемонстрировал высокого уровня физической подготовленности; 0,1 % имеют достаточный уровень; 14,2 % средний уровень. Подавляющее большинство студентов (85,7 %) по результатам тестирования продемонстрировали низкий уровень собственной физической подготовленности. Среднестатистический показатель указанного уровня студентов I–III курсов по суммарному баллу составляет $9,85 \pm 2,49$.

В дальнейших исследованиях с целью повышения уровня физической подготовленности и подготовки квалифицированных работников будет осуществляться подбор средств и методов для создания профессионально-ориентированной модели организации физического воспитания студентов аграрных специальностей.

Использованные источники

1. Boiko G. L., Myshchuk D. M. (2016) Vplyv praktychnykh zaniat z fizychnoho vykhovannia na fizychnyi stan studentiv ta systema yoho otsinky [The impact of practical training in physical education on the physical condition of students and the system of its assessment]. Sports Bulletin Dnieper. 3, 5–8. [in Ukrainian].
2. Krutsevych T. I., Vorobiov M. I., Bezverkhniya G. V. (2011) Konrol y fizychnomu vykhovanni ditei, pidlitkiv i molodi [Control in the physical education of children, adolescents and young people]. Kyiv: Olimpiiska literatura [in Ukrainian].

3. Moskalenko N. V., Kovtun A. A. (2012) Vlyaniye fizycheskoi kultury y sporta na psikhofyziologicheskoe sostoianye studentov [Influence of physical culture and sport on the psychophysiological state of students]. *Physical Education of Students*, 3, 83-87. [in Russian].
4. Raievskiy R.T., Kanishevskiy S.M. (2008) Professyonalno-prikladnaya fizycheskaya podgotovka [Professional-applied physical training]. Odessa: Nauka y texnyka. [in Russian].
5. Rubanenko A. V. (2017) Psikhofiziologichni aspekty profesiino-prikladnoi fizychnoi pidhotovky studentiv ahrarnykh spetsialnostei [The psychophysiological aspects of professional-applied physical preparation of the students of agrarian specialties]. *Bulletin of the T.H.Shevchenko National University "Chernihiv Colehium"*. 143, 238–241. [in Ukrainian].
6. Sakhnenko A. V., Kolomiets A. Y. (2018) Zavdannia profesiino-orientovanoi fizychnoi pidhotovky kvalifikovanykh spetsialistiv ahropromyslovoho kompleksu [The task of professional-oriented physical training of skilled specialists in the agro-industrial complex]. *Sports Bulletin Dnieper*, 2, 130–134. [in Ukrainian].

Sakhnenko A. V.

Scientific supervisor – Lazorenko S. A.

THE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS OF AGRICULTURAL SPECIALTIES OF THE SLOGOZHAN REGION OF UKRAINE

The article scientifically substantiates the importance of physical readiness of student's during their preparation for professional activity, presents the analysis of the level of physical readiness of students of agrarian specialties.

The process of physical upbringing in a higher educational institution is focused on improving the health, hardening, enhancing compensatory capacity of the body in the process of studying, improvement of physical condition, development of motor abilities, improving of physical and mental ability to work.

So, the assessment of physical training efficiency in the higher education institutions must be held with one hand regarding the health of those involved, and on the other hand regarding the development of basic physical abilities, that is on the level of physical fitness.

Key words: *physical fitness, physical abilities, the students of agricultural specialties, physical training.*

Стаття надійшла до редакції 15.04.2019 р.

Секція 5. **ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ,
СЕНСОРНА ІНТЕГРАЦІЯ ЯК ЗАСОБИ
ЗБЕРЕЖЕННЯ, ЗМІЦНЕННЯ І
ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я
РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ**

УДК 796-085:616.8

Артеменко Г. В.

Науковий керівник: Синіговець В. І.

**МЕТОДИКА ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ
У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ХВОРИХ НА ГЕМІПАРЕТИЧНУ ФОРМУ
ДИТЯЧОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛІЧУ**

Систематизовано і проаналізовано методичні основи використання фітбол-гімнастики у процесі фізичної реабілітації хворих на геміпаретичну форму дитячого церебрального паралічу (ДЦП). Заняття з використання фітбол-гімнастики у процесі фізичної реабілітації хворих на ДЦП дозволяє їх урізноманітнити і підвищити ефективність відновлення втрачених рухових функцій.

***Ключові слова:** дитячий церебральний параліч, геміпаретична форма, фітбол-гімнастика, фізична реабілітація.*

Вступ. Однією з найпоширеніших форм занять з дітьми, що страждають на різні форми ДЦП, є фітбол-гімнастика на великих пружних м'ячах. Фітбол-гімнастика – одна із нетрадиційних й інноваційних форм роботи з хворими дітьми [4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Геміпаретична (геміплегічна) форма ДЦП розвивається переважно в період новонародженості. Характерні риси цієї форми ДЦП – однобічний парез руки й ноги за типом інсульту з переважним ураженням руки.

Збільшення м'язового тонусу в згиначах руки й розгиначах ноги визначає класичну позу Верніке-Манна. Сухожилльні й періостальні рефлекси підвищені, інтелект і пам'ять знижені, увага нестійка [1; 2].

При фізичній реабілітації хворих на геміпаретичну форму ДЦП використовуються різноманітні методики, серед яких фітбол-гімнастика дає унікальну можливість для тренування і контролю рухової функції і дозволяє вирішувати такі завдання (Казанська А. В. та ін., 2001) [3]: розвиток рухових якостей (швидкість, витривалість, гнучкість, сила, спритність); навчання основним руховим діям; розвиток і вдосконалення координації рухів і рівноваги; зміцнення м'язового корсету, створення навички правильної постави і вироблення оптимального рухового стереотипу; поліпшення функціонування серцево-судинної та дихальної систем; нормалізація роботи нервової системи, стимуляція нервово психічного розвитку; поліпшення кровопостачання хребта, суглобів і внутрішніх органів, усунення венозного застою; поліпшення комунікативної та емоційно-вольової сфери; стимуляція розвитку аналізаторних систем, пропріоцептивної чутливості; розвиток дрібної моторики та мовлення; адаптація організму до фізичного навантаження.

Мета і завдання роботи: розробити і впровадити методичні рекомендації засобів фітбол-гімнастики у процесі фізичної реабілітації дітей, хворих на геміпаретичну форму ДЦП.

Методи дослідження. Для вирішення виокремлених задач були задіяні такі методи: аналіз наукових джерел, присвячених систематизації та аналізу основних методичних рекомендацій при побудові комплексів фізичних вправ фітбол-гімнастики та педагогічні спостереження.

Організація дослідження. Засоби та методичні рекомендації фітбол-гімнастики впроваджені у процес фізичної реабілітації Сумського обласного центру соціальної реабілітації дітей-інвалідів.

Результати досліджень та їх обговорення. До основних методичних рекомендацій та вимог, які використовуються у процесі використання фітбол-гімнастики, необхідно віднести такі: правильна посадка на фітбол – передбачає оптимальне взаємне розташування всіх ланок тіла; необхідно правильно і своєчасно використовувати страховку, самострахування; починати заняття

необхідно з простих вправ і полегшених вихідних положень, поступово переходячи до більш складних; жодна вправа не повинна завдавати болю або доставляти дискомфорт; необхідно уникати швидких і різких рухів, скручувань в шийному і поперековому відділах хребта, інтенсивної напруги м'язів шиї і спини; при виконанні вправ лежачи на м'ячі не затримувати дихання; в положенні лежачи на спині на м'ячі і лежачи на грудях на м'ячі, голову тримати рівно; у положенні лежачи на животі на м'ячі з упором руками на підлозі, долоні повинні бути паралельні одна одній і розташовуватися на рівні плечових суглобів; вправи на силу повинні чергуватися з вправами на розслаблення; на кожному занятті прагнути до створення позитивного емоційного фону, бадьорого, радісного настрою; заняття можуть проводитися через день або два рази на тиждень з тривалістю для дітей до 5 років 15-20 хв., для дітей 6-7 років – 25-30 хв., в більш старшому віці – до 40-45 хв.; кожна вправа, починаючи з 3-4 разів, поступово збільшується до 6-8 повторень; у кінці заняття використовуються вправи для відновлення дихання і розслаблення.

В залежності від поставлених рухових завдань, при геміпаретичній формі ДЦП на фітболах фізичні вправи виконуються з різних вихідних положень. Так, наприклад, вправи на фітболі лежачи на животі (рис. 1) і лежачи на спині (рис. 2) з обертанням м'яча в різних площинах зменшують силу земного тяжіння, створюючи антигравітаційний ефект, який дозволяє дитині підняти від опори голову і плечі. Ковзання і вібрація на фітболі знижують патологічний м'язовий тонус і зменшують гіперкінези. Вправи з вихідного положення лежачи на спині на фітболі сприяють зменшенню спастичності великих грудних м'язів і зміцненню прямий і косих м'язів живота.

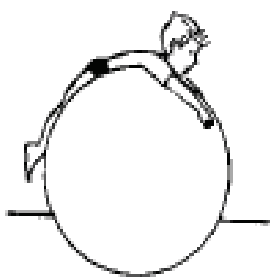


Рис. 1. Лежачи на животі

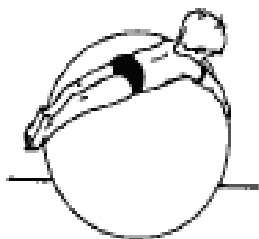


Рис. 2. Лежачи на спині

Вправи стоячи з упором на фітбол (рис. 3), стоячи на четвереньках з фітболом під грудьми (рис. 4), лежачи на фітболі з упором руками (рис. 5) виробляють опороздібність верхніх та нижніх кінцівок, тренують рівновагу і координацію рухів, зміцнюють м'язи спини, черевного пресу, плечового поясу. Вправи сидячи на фітболі (рис. 6) сприяють виробленню навички правильної постави, формують оптимальне взаємне розташування окремих частин тіла.



Рис. 3. Стоячи з упором на фітбол



Рис. 4. Стоячи на четвереньках на фітболі



Рис. 5. Лежачи на фітболі з упором руками

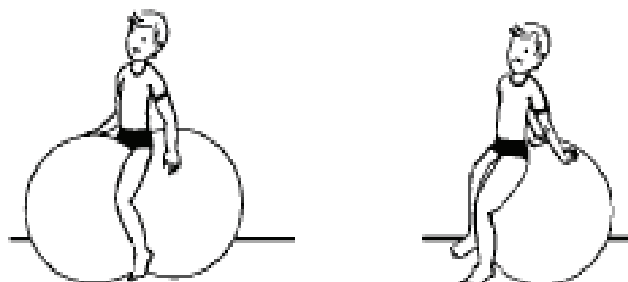


Рис. 6. Сидячи на фітболі

Висновки. Аналіз спеціальної літератури та результати педагогічних спостережень дозволяють зробити висновок про те, що фітбол-гімнастика для дітей з церебральним паралічем дає позитивні результати, може ефективно застосовуватися в практиці фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання в дошкільних, загальноосвітніх навчальних закладах та реабілітаційних центрах.

Перспективи подальших досліджень передбачають визначення ефективності впливу засобів фітбол-гімнастики на відновлення і розвиток рухових функцій хворих на геміпаретичну форму ДЦП.

Використані джерела

1. Бадалян Л. О., Журба Л. Т., Тимонина О. В. (1988). Детские церебральные параличи. Киев : Здоровье. 328 с.
2. Бобат Б., Бобат К. (2005). Моторное развитие при детском церебральном параличе. пер. Эрики Штэле-Хирземанн. Штутгарт : Георг-Тиме-Ферлаг. С. 13-14.
3. Казанская Е. В., Потапчук А. А., Пикалева Е. Ю. (2001). Использование метода фитболтерапии в реабилитации детей с различной патологией. СПб. 375 с.
4. Кожевникова В. Т. Современные технологии в комплексной физической реабилитации больных детским церебральным параличом. М., 2005. 207 с.

Artemenko H. V.

Scientific supervisor: Synigovets V. I.

THE METHOD OF FITBOL-GYMNASTICS IN THE PROCESS OF PHYSICAL REHABILITATION OF PATIENTS WITH THE GEMIPARETIC FORM OF CHILDREN'S CEREBRAL PALSY

The methodical bases of use of fitball-gymnastics in the process of physical rehabilitation of patients with hemiparetic form of children cerebral palsy are systematized and analysed, namely, the requirement for statement of motor tasks, starting positions, insurance, selection of means, sequence of training, method, character of performance of physical exercises and their combination, the creation of a positive emotional background, the frequency and duration of conducting, loading doses. Lessons on the use of fitball-gymnastics in the process of physical rehabilitation of patients with cerebral palsy allows them to diversify and improve the efficiency of the restoration of lost motor functions, to develop motor abilities, to develop the necessary skills and abilities.

Key words: *children cerebral palsy, gemiparetic form, fitball-gymnastics, physical rehabilitation.*

Стаття надійшла до редакції 20.03.2019 р.

ВПЛИВ ЗАСОБІВ ОЗДОРОВЧОЇ ГІМНАСТИКИ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ

У роботі розглянуто вплив елементів оздоровчої гімнастики на розвиток фізичних якостей дітей 6-7 років в процесі фізичного виховання в загальноосвітній школі. Результати педагогічного експерименту свідчать про ефективність засобів оздоровчої гімнастики на показники фізичної підготовленості учнів молодших класів.

***Ключові слова:** оздоровча гімнастика, учні початкової школи, фізична підготовленість.*

Вступ. Як свідчить аналіз численних літературних джерел, низький рівень фізичної підготовленості характерний для більшості дітей, які навчаються у початковій школі [1; 2; 5; 8]. Фахівці довели, що низький рівень розвитку фізичних якостей є передумовою виникнення різноманітних порушень опорно-рухового апарату та функціональних систем дітей.

Одними із основних завдань програми з фізичної культури для 1–4 класів [7] є розширення функціональних можливостей організму учнів шляхом цілеспрямованого розвитку основних фізичних якостей та забезпечення оптимального для кожного учня рівня фізичної підготовленості.

На думку фахівців, особливої уваги потребує процес фізичного виховання учнів перших класів. Вік 6–7 років – це критичний період у житті дитини, коли закінчується формування більшості фізіологічних функцій організму. Водночас, у віці 6–7 років дитина приходить до школи, та фізіологічні зміни дитячого організму співпадають зі змінами соціальними. У цей період процеси адаптації мають характер стресової реакції, яка клінічно проявляється підвищеною втомлюваністю учнів. Тому для визначення рівня фізичної підготовленості дітей необхідно використовувати додаткові тести.

Мета та завдання роботи: експериментально перевірити ефективність організації фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку на основі використання елементів оздоровчої гімнастики, спрямовану на покращення показників їх фізичної підготовленості.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури; педагогічний експеримент; педагогічне тестування; методи математичної статистики.

Організація дослідження. У програму педагогічного тестування входили тести системи Державних тестів і нормативів фізичної підготовленості населення України [3], системи Eurofit [4] і шкільної програми з фізичної культури [7].

Експериментальні дослідження проводились на базі загально-освітньої школи I–III ступенів № 4 міста Олександрія. Під час проведення експерименту були сформовані дві групи школярів: контрольна (КГ) та експериментальна (ЕГ). До КГ були віднесені учні 1-Б класу у кількості 28 осіб, із них 16 дівчаток і 12 хлопчиків, ЕГ склали учні 1-А класу у кількості 26 осіб, із них 12 дівчаток і 14 хлопчиків.

ЕГ займалась за розробленою нами програмою, яка складалась з уроків фізичної культури з елементами оздоровчої гімнастики [6] тричі на тиждень, спеціально розроблених нами фізкультурних хвилинок на кожному уроці, а також самостійних занять, які учні виконували під контролем батьків. КГ займалась фізичною культурою тричі на тиждень за програмою з фізичної культури для 1-4 класів, батькам учнів було рекомендовано залучати дітей до самостійних занять загально-розвивального характеру, класоводам рекомендували залучати учнів до виконання фізкультурних хвилинок на кожному уроці.

Педагогічний експеримент тривав шість місяців (з вересня 2018 року до лютого 2019 року).

Результати досліджень та їх обговорення. Після проведення педагогічного експерименту результати рухових тестів хлопчиків і дівчаток ЕГ мали більш виражену позитивну динаміку у порівнянні з результатами хлопчиків і дівчаток КГ (табл. 1). За час проведення експерименту статистично значущих змін зазнали всі досліджувані показники рухових тестів хлопчиків ЕГ. Найбільше покращення відбулося в показниках тесту на гнучкість (нахил тулуба із положення сидячи): результат збільшився майже у 3,5 рази ($p < 0,01$), показниках статичної рівноваги (тест «Фламінго») – приріст склав 62,4% ($p < 0,001$), у показниках силової витривалості м'язів спини (43,1% ($p < 0,01$) та черевного пресу (37,3% ($p < 0,01$)).

Статистично значущих змін зазнали також інші досліджені показники, а саме: на 13,5 % ($p < 0,001$) зменшився час бігу на дистанції 30 м, на 12 % ($p < 0,001$) зменшився час виконання вправи «човниковий біг» 4 по 9 м, на 16,9 % ($p < 0,01$) покращився результат у стрибку в довжину з місця.

Таблиця 1

**Динаміка показників тестування фізичних якостей
хлопчиків та дівчаток**

Тестова вправа	Стать	Груп а	До проведення експерименту			Після проведення експерименту			Статистична значущість р
			х	Sx	V	х	Sx	V	
Біг 30м, с	Хлоп.	ЕГ	7,4	0,7	9,1	6,4	0,6	9,9	< 0,001
		КГ	7,4	1,2	17,1	6,3	0,8	13,0	< 0,01
	Дівч.	ЕГ	7,7	1,0	13,7	6,9	1,0	15,0	< 0,001
		КГ	7,6	0,5	7,2	6,4	0,5	8,9	< 0,001
«Човниковий біг» 4×9м, с	Хлоп.	ЕГ	15,0	1,5	10,1	13,2	1,0	8,0	< 0,001
		КГ	14,3	1,5	10,8	13,1	1,0	8,0	< 0,05
	Дівч.	ЕГ	15,0	1,3	8,8	13,7	0,9	6,7	< 0,001
		КГ	14,5	1,4	9,5	13,2	0,5	3,8	< 0,001
Стрибок у довжину з місця, см	Хлоп.	ЕГ	98,2	10,7	10,9	114,8	8,7	7,5	< 0,01
		КГ	100,1	18,3	10,1	105,7	12,6	11,9	> 0,05
	Дівч.	ЕГ	91,6	19,6	21,4	110,2	14,1	12,8	< 0,001
		КГ	94,5	18,5	19,6	100,4	16,3	16,3	> 0,05
Нахил тулуба із положення сидячи, см	Хлоп.	ЕГ	1,1	3,6	336,4	4,9	4,5	92,3	< 0,01
		КГ	1,8	5,1	278,0	0,6	4,9	844,4	> 0,05
	Дівч.	ЕГ	4,1	2,4	60,2	7,5	4,4	59,5	< 0,001
		КГ	5,5	5,0	90,7	5,9	4,3	73,5	> 0,05
Силова витривалість м'язів спини, с	Хлоп.	ЕГ	40,8	17,4	42,8	58,4	20,0	34,2	< 0,01
		КГ	41,0	15,4	37,6	42,6	18,0	42,3	> 0,05
	Дівч.	ЕГ	39,8	14,0	35,2	52,6	23,3	44,3	< 0,001
		КГ	36,7	16,5	45,0	32,7	11,4	34,8	> 0,05
Силова витривалість м'язів черевного пресу, с	Хлоп.	ЕГ	36,7	17,8	48,5	50,4	16,4	32,5	< 0,01
		КГ	39,6	9,8	24,8	45,2	13,3	29,5	< 0,05
	Дівч.	ЕГ	34,3	16,6	48,4	44,5	18,8	42,3	< 0,01
		КГ	29,3	15,7	53,5	29,5	14,5	49,3	> 0,05
Тест «Фламінго», кількість спроб	Хлоп.	ЕГ	18,1	7,9	43,6	6,8	3,3	49,1	< 0,001
		КГ	18,8	9,0	48,1	11,2	4,3	38,9	> 0,05
	Дівч.	ЕГ	15,6	7,7	49,2	7,7	5,0	65,9	< 0,001
		КГ	17,1	7,7	45,1	15	6,5	43,1	> 0,05

У той час як в хлопчиків КГ позитивні статистично значущі зміни спостерігалися в показниках бігу на 30 м – 14,8% ($p < 0,01$), «човниковому бігу» 4 по 9 м – 8,4% ($p < 0,05$) та у показниках силової витривалості м'язів черевного пресу (14,1%, $p < 0,05$).

В інших показниках фізичної підготовленості КГ зміни виявились статистично незначущими ($p > 0,05$). Деякі показники виявились нижчими ніж на початку навчального року, а саме погіршились показники гнучкості у хлопчиків (на 66,7 %).

Після проведення педагогічного експерименту ми відзначили статистично значущу різницю в усіх досліджуваних показниках фізичної підготовленості дівчаток ЕГ ($p < 0,01$).

Узагальнивши дані, встановили, що найбільш суттєві зміни показників фізичної підготовленості у дівчаток ЕГ відбулися в показниках тесту на гнучкість (нахил тулуба із положення сидячи) – результат покращився на 82,9 % ($p < 0,001$), показниках статичної рівноваги (тест «Фламінго») – приріст 50,6 % ($p < 0,01$), а також показниках силової витривалості м'язів спини (32,1 %, $p < 0,001$) та червеного пресу (29,7 %, $p < 0,001$).

Статистично значущих змін зазнали також інші досліджені показники, а саме: на 10,4 % зменшився час бігу на дистанції 30 м, на 8,7 % зменшився час виконання вправи «човниковий біг» 4 по 9 м, на 20,3 % покращився результат у стрибку в довжину з місця ($p < 0,001$).

На противагу учням ЕГ, у дівчаток КГ позитивні статистично значущі зміни ($p < 0,01$) спостерігалися лише в показниках бігу на 30 м (результати якого покращилися в середньому на 15,8 %) та «човниковому бігу» 4 по 9 м ($p < 0,05$), показники якого покращились в середньому на 8,9 %. Зміни решти досліджених показників фізичної підготовленості КГ виявилися статистично незначущими ($p > 0,05$). Деякі показники були навіть нижчими, ніж на початку навчального року, а саме погіршились показники силової витривалості м'язів спини (на 10,9 %).

Висновки і перспективи подальших розвідок. Результати педагогічного експерименту свідчать про те, що після запровадження засобів оздоровчої гімнастики показники фізичної підготовленості учнів ЕГ істотно відрізняються від результатів, отриманих учнями КГ.

У перспективі передбачається розробка і впровадження моделі оздоровчої гімнастики у процес фізичного виховання учнів початкової школи.

Використані джерела

1. Білецька В. В. (2008). Теоретико-методичне обґрунтування тестування фізичної підготовленості молодших школярів у процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02. Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. К. : НУФВСУ. 20 с.
2. Гаврилук А. П. (2010). Організація фізичної культури учнів молодшого шкільного віку в групах продовженого дня : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». Луцьк. 20 с.

3. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / за ред. М. Д. Зубалія. К. 1997. 35 с.
4. Круцевич Т. Ю., Ворбйов М. І., Безверхня Г. В. (2011). Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді : навч. посіб. К. : Олімпійська література. 224 с.
5. Москаленко Н. В. (2009). Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореф. дис. ... доктора наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К. 44 с.
6. Смолевский В. М., Ивлев Б. К. (1992). Нетрадиционные виды гимнастики. М. : Просвещение. 77 с.
7. Круцевич Т., Єрмолова В., Іванова Л. та ін. (2013). Фізична культура : Програма для загальноосвітніх навчальних закладів: 1–4 класи. *Здоров'я та фізична культура. Шкільний світ*. № 6. С. 1–24. Закінч. Поч.: № 24 (264), 2012. Вкладка: Здоров'я та фізична культура. Початкова школа.
8. Хрипко І. В. (2012). Вплив програм з традиційними та інноваційними засобами фізичного виховання на фізичний стан молодших школярів : автореф. дис. ... канд. наук : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К. 20 с.

Goremikin A. S.

Scientific supervisor: Synigovets V. I.

THE EFFECT OF HEALTHY GYMNASTICS ON PHYSICAL PREPARATION OF CHILDREN 6-7 YEARS

The influence of the elements of health gymnastics on the development of physical qualities of children 6-7 years in the process of physical education in a secondary school is considered in the article. In the process of physical education of junior pupils introduced a program of elements of health gymnastics, which included the means of different types of gymnastics: respiratory, corrective, eastern, strikening. The results of the pedagogical experiment testify to the effectiveness of the means of health gymnastics on the indicators of physical fitness of students of junior classes.

Key words: *health gymnastics, elementary school students, physical preparedness.*

Стаття надійшла до редакції 20.03.2019 р.

ПРЕСОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ВІДНОВЛЕННЯ ОРГАНІЗМУ СТУДЕНТІВ-ЛЕГКОАТЛЕТІВ

У студентів-легкоатлетів відзначається прискорене відновлення м'язів нижніх кінцівок (поліпшується метаболізм молочної кислоти, відмічається легкість в ногах, краща готовність нервово-м'язового апарату). Проведення курсу пресотерапії дозволило виключити набряклість нижніх кінцівок (симптом тісного взуття), парестезії, нічні судоми нижніх кінцівок.

***Ключові слова:** пресотерапія, легка атлетика, студенти, фізичне виховання.*

Вступ. Дослідження показали, що пресотерапія є корисною процедурою для спортсменів. Використання компресії для прискореного відновлення було підтримане рядом наукових робіт [1; 2; 5; 6]. Впродовж довгого часу, пресотерапія вже є частиною комплексної програми реабілітації спортсменів після травмованих кінцівок. Зламани кістки, розриви зв'язок і сухожилків вимагають тривалої іммобілізації кінцівок. Атрофія м'язових тканин неминуча. Після зняття гіпсу потрібен додатковий час для відновлення рухливості в суглобах і відновлення тренувальних навантажень. Проте, досить часто спостерігається набряк пошкодженої кінцівки впродовж тривалого часу після зняття гіпсу. Усе це впливає на увесь період реабілітації і швидкість відновлення м'язової маси. Пресотерапія збільшує циркуляцію крові за допомогою компресії, яка допомагає видалити метаболічні продукти і відновити природну доставку кисню і плазми в м'язи [2; 6].

Мета дослідження – визначити можливість зменшення проявів психоемоційного стресу; сприяти швидкому фізіологічному відновленню спринтерів за допомогою дії пресотерапії.

Завдання дослідження – розробити оптимальні схеми впровадження пресотерапії в навчально-тренувальному і змагальному процесах у студентів.

Методи, організація досліджень. У дослідженні взяли участь 32 студенти, що займаються легкою атлетикою (спринт). З них в експериментальну групу, що проходила курс пресотерапії, увійшло 20 студентів. Контрольна група склала 12 студентів. В обох групах проведено вивчення індивідуально-типологічних властивостей вищої нервової діяльності і сенсомоторних функцій людини по переробці зорової інформації різного ступеня складності. Були визначені психофізіологічні можливості – швидкість простої і складної реакції при різних режимах роботи, а також властивості нервової системи за допомогою програми «Психодіагностика». Вік студентів коливався від 18 до 22 років. В цілях розробки дієвих способів відновлення постнавантаження і профілактики порушень венозного кровообігу нижніх кінцівок було проведено дослідження ефективності впровадження апаратів для пресотерапії нижніх кінцівок.

Результати досліджень та їх обговорення. Пресотерапія отримала велике поширення при проведенні профілактичних і реабілітаційних заходів в кардіології, неврології, косметології, пластичній хірургії і фізіотерапії. Спосіб ґрунтований на радіальному почерговому стисканні кінцівок від дистальних до проксимальних відділів за допомогою повітря, що нагнітається в спеціальні манжети. У практиці спортивної медицини великий інтерес представляє радіальна масажна дія на м'язи верхніх і нижніх кінцівок, яка паралельно основному відновленню забезпечує також лімфодренажний ефект.

При аналізі скарг встановлена переважна частота у 87,2 % обстежуваних, зниження розумової і фізичної працездатності – у 76,1 %, психосоматичні прояви (коливання АТ, головні болі, та ін.) – у 24,3 %, підвищена дратівливість – у 89,8 %, розлад сну – у 53,6 %, зменшення швидкості реакції і переважання процесів гальмування – у 54,6 %. Після проведеного курсу пресотерапії (12 сеансів) відмічено достовірне ($p < 0,05$) зменшення кількості вищезазначених симптомів – на $37,1 \pm 2,3$ %.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Таким чином, в силу дії пресотерапії, тиск значно скорочує період реабілітації при серйозних травмах кінцівок, а також збільшує швидкість відновлення організму після великих навантажень, запобігає або значно знижує ризик синдрому пере тренуваності, збільшує силу і

швидкість скорочення м'язів. Пресотерапія знімає набряки, відновлює нормальний кровообіг, тим самим прискорюючи регенерацію, і діє інтрафузально, підвищуючи тонус м'язів і швидкість відновлення м'язової маси.

М'язи інтенсивно відновлюють структуру за короткий період. Тривалість фізичного відпочинку між тренуваннями знижується. При інтенсивному м'язовому навантаженні і/або недостатньому кровопостачанні доля анаеробного обміну (без доступу кисню, синтез АТФ) є великою і в м'язовій тканині у великій кількості накопичує молочну кислоту, яка пригнічує здатність м'язових волокон до працездатності і призводить до розвитку м'язової втоми. Існує необхідність виведення її з м'язової тканини в кров, транспортуючи в печінку, тому що саме там молочна кислота руйнується під дією ферменту лактатдегідрогенази (ЛДГ). Після закінчення сеансу пресотерапії швидкість кровообігу в тканинах різко знижується разом із затримкою рідини, продуктами розпаду, жирами і вуглеводами, у тому числі молочної кислоти. З точки зору фізіології, чим вище міра розслаблення м'язових волокон, тим більше сили і швидкості скорочення в м'язах. Крім того, під час пресотерапії виявляється вплив на велику кількість нервових закінчень на тілі, що саме по собі чинить розслаблюючу дію і знімає психо-емоційний стрес, покращує якість сну. Пресотерапія має цілу низку переваг: лімфодренажний ефект, детокс, покращення венозного кровообігу, активізація обмінних процесів в клітинах шкіри і жирових клітинах, зменшення об'ємів тіла, організм не обтяжується ліками.

Використані джерела

1. Наумова, Э. М., Борисова, О. Н., Беляева, Е. А. & Атлас, Е. Е. (2016). Программы адаптации в профессиональном спорте и принципы их коррекции. *Вестник новых медицинских технологий*, 2016, Т. 23, № 2, 240–249.
2. Фудин, Н. А., Бадтиева, В. А. & Купеев, Р. В. Об использовании прессотерапии в спортивной медицине (2018). *Вестник новых медицинских технологий, электронный журнал*, 2018, № 2.
3. Козіна, Ж. Л., Барибіна, Л. М., Міщенко, Д. І., Козін, О. В., & Цикунов, О. А. (2011). Програмне забезпечення діагностики психофізіологічних можливостей як засіб визначення спортивних спеціалізацій у фізичному вихованні студентів. *Физическое*

воспитание и спорт в высших учебных заведениях. Сборник статей VII международной научной конференции, 19-20 апреля 25 2011 года, БГТУ им. В. Г. Шухова, Белгород, 2011, 170-173.

4. Козіна, Ж. Л., Барібіна, Л. М., Міщенко, Д. І., Цикунов, О. А. & Козін, О. В. (2011). Програма «Психодіагностика» як средство определения психофизиологических особенностей и функционального состояния в физическом воспитании студентов. *Физическое воспитание студентов*, Харьков, ХОНОКУ-ХГАДИ, 2011, 56-60.
5. Сафонов, Л.В. (2012). Применение прессотерапии для профилактики нарушений венозного кровообращения и ускорения локального восстановления мышц нижних конечностей у спортсменов. *Вестник спортивной науки*, 2012, №5, 30-33
6. Esteve-Lanao, J., Foster, C. & Seiler, S. (2007) Impact of training intensity distribution on performance in endurance athletes. *J. Strength Cond. Res.* 2007 Aug; 21(3), 943–949.

Ilnytska G. S., Gogina T. I., Ilnytska L. V.

PRESS-THERAPY AS A MEANS FOR RECOVERY OF ORGANISM OF ATHLETES

Athletes have accelerated recovery of the muscles of the lower extremities (the lactic acid metabolism improves, legibility is marked, and the nervous and muscular apparatus is better prepared). Conducting the course of press-therapy allowed excluding puffiness of the lower extremities (symptom of tight footwear), paresthesia, and night convulsions of the lower extremities. Therapeutic pressure is observed at macro and microscopic levels. During press-therapy affects a large number of nerve endings on the body, which brings itself a relaxing effect and relieves psycho-emotional stress, improves the quality of sleep.

Key words: *press-therapy, athletics, students, physical education, press-therapy.*

Стаття надійшла до редакції 04.03.2019 р.



Секція 6. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНЕ
ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ:
ТЕХНОЛОГІЇ ОРГАНІЗАЦІЇ

УДК 796.03.21.

Мартиросова Т. А.

**МОДЕРНИЗАЦІЯ ФІЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАННЯ
БАКАЛАВРОВ В ВУЗАХ**

Модернізація фізического воститання бакалавров в вузах опирається на порядок восхожденія от конкретного к абстрактному. В целом процесс модернізації фізического воститання бакалавров в вузе предполагает: выделение начала, исходного пункта предметной области знаний; анализ этого исходного отношения и содержащихся в нем противоречий, рассмотрение форм их развертывания и разрешения; выявление основных факторов и закономерностей, количественных и качественных показателей процессов развития, познания и практического использования; рассмотрение методов направленного развития, познания и практического применения в рамках предметной области знаний.

Ключевые слова: *фізическое воститание, бакалавры, модернізація.*

Введение. Исследование научной литературы показало, что большинство ученых модернізацію фізического воститання бакалавров в вузе рассматривают как общественно организованный процесс подготовки и сохранения производительных сил общества посредством физических упражнений. Она должна отвечать действию закона соответствия производственных отношений уровню развития производительных сил общества. Согласно этому закону различные формы и методы фізического воститання в

определенной исторической последовательности занимают главенствующее положение в практике физического воспитания, подчиняя и модифицируя все другие формы [1; 2; 3].

Целью нашего исследования является разработка модели модернизации физического воспитания в вузах.

Задачи исследования

1. Дать определение процессу модернизации физического воспитания в вузах.

2. Определить мероприятия, способствующих модернизации физического воспитания бакалавров в вузе.

3. Разработать модель физического развития обучающихся инженерной школы, которая будет способствовать модернизации физического воспитания в вузе.

Результаты исследования и их обсуждение. Реализация общественных и личных целей физического воспитания зависит от степени соответствия его форм, средств и методов условиям материальной жизни бакалавров. Поэтому модернизация физического воспитания будущих бакалавров в вузах должна быть рассмотрена как биологически и социально обусловленный процесс формирования личности как успешного специалиста в индивидуальной трудовой деятельности. Этот процесс осуществляется в учебных профессиональных учреждениях и образует в совокупности социальный институт физического воспитания. Модернизация физического воспитания будущих бакалавров в вузах с точки зрения диалектической логики осуществляется в порядке восхождения от абстрактного представления к конкретной трудовой деятельности [1; 5].

На современном этапе развития общества стратегической целью физического воспитания бакалавров в вузах является выработка потребностей в систематических занятиях физическими упражнениями, приобретение знаний по вопросам здорового образа жизни, умений управлять жизненно необходимыми двигательными действиями в различных условиях, а также привитие организаторских и конструктивных навыков владения комплексами или фрагментами физических упражнений для использования в трудовой деятельности и жизни в целом. Значит, для решения задачи всестороннего развития личности в процессе физического воспитания в вузе требуется взаимосвязанное решение воспита-

тельных, образовательных задач. Поэтому процессу модернизации физического воспитания в вузах как педагогической системы образования и воспитания будущих бакалавров послужит комплекс мероприятий, направленных не только на физическое совершенствование, но и на формирование у них нравственной, волевой, эстетической сфер личности, воспитание трудолюбия, привычки осознанно действовать с полной отдачей сил, стимулирование развития профессионально важных качеств, создающих возможность успешной реализации в будущей трудовой деятельности [2; 4].

Рассмотрим модернизацию физического воспитания бакалавров в Сибирском государственном университете науки и технологий имени академика М. Ф. Решетнева, Опорном университете Красноярского края, где проходило наше исследование. Опорный университет Красноярского края – масштабный проект Министерства образования и науки РФ, правительства региона по повышению уровня подготовки квалифицированных кадров для реализации потенциала Красноярского края в космической отрасли и развития высокотехнологичных производств на территории региона. Созданный в мае 2016 года, путём объединения Сибирского государственного аэрокосмического университета имени академика М. Ф. Решетнева и Сибирского государственного технологического университета, опорный вуз стал центром компетенций в области инженерно-технического образования, драйвером технологического и социально-экономического развития территории. Опорный университет ведет подготовку высококвалифицированных специалистов по более чем 100 программам для предприятий авиационной и космической промышленности, машиностроения, лесной, деревообрабатывающей и химической отрасли, научных и финансовых организаций, международных и российских бизнес-структур, масс-медиа. Отличительной особенностью обучения в университете является сочетание теоретических и практических занятий с выполнением реальных проектов на предприятиях, что позволяет студентам с первых курсов выбрать место будущего трудоустройства. Базовые партнеры СибГУ им. М. Ф. Решетнева по образовательным и научным проектам, открывающим самые широкие карьерные возможности выпускникам, – это высокотехнологичные предприятия госкорпораций «Роскосмос» и «Росатом», предприятия

малого и среднего бизнеса края, резиденты инновационного кластера «Технополис Енисей» и Промышленного парка ТОСЭР Железногорск, крупнейшие банки и ведомственные организации. Особое внимание в Опорном университете уделено развитию у обучающихся всех специальностей навыков технологического и социального предпринимательства, коммерциализации инноваций и развития бизнеса как ключевых компетенций успешных инженеров нового поколения.

Учебные дисциплины в вузе «Физическая культура и спорт», «Профессионально-прикладная физическая культура», «Физическая культура со спортивно-видовой направленностью» изучаются на протяжении всего периода обучения будущих бакалавров и реализуются во многообразных и взаимосвязанных формах. Цель физического воспитания в вузе – формирование не только физической культуры будущих бакалавров, но и профессионально-прикладной физической культуры как системного и интегративного качества личности, неотъемлемого компонента общей культуры будущего специалиста, способного реализовывать ее в будущей трудовой деятельности. Поэтому курс физического воспитания будущих бакалавров в вузе предусматривает решение ряда задач:

– включение обучающихся в физкультурно-спортивную практику по творческому освоению ценностей профессионально-прикладной физической культуры, ее активное использование во всестороннем развитии личности;

– овладение системно упорядоченным комплексом теоретических знаний, охватывающих философскую, социальную, психолого-педагогическую тематику, тесно связанную с теоретическими, методическими, организационными основами профессионально-прикладной физической культуры;

– содействие разностороннему развитию организма, сохранению и укреплению здоровья обучающихся, повышению ими уровня физической подготовленности, развитию профессионально важных качеств, психических процессов, психологических качеств и умений будущих специалистов;

– направленное развитие и поддержание на оптимальном уровне тех физических и профессионально важных качеств, к которым предъявляют повышенные требования конкретная трудовая деятельность, выработка функциональной устойчивости

организма к условиям этой деятельности и формирование прикладных двигательных умений и навыков, преимущественно необходимых в связи с особыми внешними условиями труда;

– формирование потребностей обучающихся в физическом самосовершенствовании и поддержании высокого уровня здоровья, создание предпосылок для устойчивой и высокой работоспособности, повышению устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям производственной среды и снижению заболеваемости, профессиональному долголетию в трудовой деятельности;

– формирование навыков самостоятельной организации досуга с использованием средств физической культуры и спорта.

Модернизация физического воспитания будущих бакалавров Сибирского государственного университета науки и технологий имени академика М. Ф. Решетнева затрагивает формы как аудиторных, так и внеаудиторных занятий. Аудиторные: обязательные занятия (практические, практикумы-консультации, теоретические) предусматриваются в учебных планах по всем специальностям в объеме 4 часов в неделю и вливаются в учебное расписание в течение всего периода обучения сверх установленного недельного объема учебной нагрузки; консультативно-методические занятия направлены на оказание обучающимся методической и практической помощи в организации и проведении самостоятельных занятий физической культурой и спортом; индивидуальные занятия для обучающихся, имеющих слабую физическую подготовку или отстающих в овладении учебным материалом, которые организуются по особому расписанию кафедры в течение учебного года, в каникулярное время, в период производственных практик. Внеаудиторные занятия включают: физические упражнения в режиме учебного дня (малые формы самостоятельных занятий в виде комплексов «минуты бодрости»); занятия в секциях «Спортивное совершенствование», неформальные группы и клубы по физкультурным интересам; самостоятельные занятия физическими упражнениями, спортом, туризмом; массовые оздоровительные, физкультурно-спортивные мероприятия.

Аудиторные занятия проводят в форме: теоретических, практических, контрольных; элективных (по выбору) теоретических и практических; индивидуальных и индивидуально-групповых дополнительных занятий (консультаций); самостоятельных занятий

по заданию и под контролем преподавателя. Внеаудиторные занятия организованы в форме: выполнение физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня; занятий в спортивных клубах, секциях, группам по интересам; самостоятельных занятий физическими упражнениями, спортом, туризмом; массовых, оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

Ежегодно в начале учебного процесса (сентябрь-октябрь) обучающиеся I – IV курсов СибГУ им. академика М. Ф. Решетнева проходят медицинский осмотр, по результатам которого обучающихся распределяют по следующим учебным отделениям: основное, подготовительное, специальное медицинское (СМГ) и группа студентов, освобожденных от практических занятий (ВОС). С целью укрепления здоровья, повышения качества физического воспитания обучающихся в вузе, развития внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности приказом Министерства образования и науки РФ установлены требования к организации процесса физкультурного образования в учебных учреждениях высшей школы. Приказом РФ было указано на необходимость обеспечения процесса физического воспитания обучающихся в соответствии с государственными образовательными стандартами и моделью учебного плана (для учреждений высшего профессионального образования). Для высших учебных учреждений по всем направлениям и специальностям высшего профессионального образования в цикле общих гуманитарных дисциплин подтверждено требование о выделении 328 часов трудоемкости на дисциплины «Физическая культура», «Физическая культура и спорт», «Профессионально-прикладная физическая культура», «Физическая культура со спортивно-видовой направленностью». Регламентировано планирование вышеперечисленных дисциплин в учебном плане по 4 аудиторных часа в неделю на I – II курсах и по 2 аудиторных часа на III – IV курсах с промежуточной и итоговой аттестаций.

Модернизация физического воспитания будущих бакалавров в СибГУ включает внедрение модели физического развития обучающихся инженерной школы на основе принципов непрерывного многоуровневого профессионального образования с использованием современных практико-ориентированных образовательных технологий, обеспечивающих гибкость образовательных направлений и подготовку инженеров, обладающих необходимыми

знаниями и компетенциями, развитыми профессионально важными качествами для решения современных технических и технологических задач.

Модель физического развития обучающихся инженерной школы содержит план мероприятий, направленных на модернизацию физического воспитания будущих бакалавров в вузе.

Мероприятие 1

Внедрение новой модели инженерного образования – важнейшая задача деятельности кафедр физической культуры, которая будет охватывать не только образовательный процесс, но и научную деятельность. Основным требованием станет практическая ориентированность модели инженерного образования как способность формировать определенный набор общекультурных компетенций, позволяющих выпускнику быстро включиться в производственную цепочку. Практико-ориентированная подготовка будет реализована по образовательным программам бакалавриата.

Мероприятие 2

Внедрение компьютерного мониторинга для формирования банка данных по динамике физической и функциональной подготовленности обучающихся вуза.

Мероприятие 3

Повышение активности обучающихся на учебно-практических занятиях за счет использования современных форм и технологий физической культуры, нестандартного оборудования и инвентаря.

Мероприятие 4

Дополнение учебно-методического фонда кафедр новыми, в том числе разработанными преподавателями СибГУ им. М. Ф. Решетнёва, методическими рекомендациями, учебно-методическими, учебными, практическими пособиями по следующим учебным дисциплинам: волейболу, баскетболу, плаванию, лыжному спорту, легкой атлетике, зимнему и летнему спортивному ориентированию и т.д. Использование на учебных занятиях презентаций, слайдов, видеофильмов, интерактивной доски.

Мероприятие 5

Проведение мастер-классов выпускниками-олимпийцами (Устюгов Е., Третьяков А., Левочкина Ю., Галиновский И.) и др. известными спортсменами Красноярского края.

Повышение качества образования будет обеспечено за счет: расширения, использования и развития материально-технической базы, кадрового и научного потенциала; модернизации образовательных программ в части компетентностных моделей.

Мероприятие 6

Открытие программы магистратуры по новой специальности «Спортивный менеджмент»; содействие в разработке программ повышения квалификации «Безопасность жизнедеятельности в сфере физкультурного образования» и переподготовки спортивных кадров.

Мероприятие 7

Проведение методических семинаров, повышение квалификации и переподготовка НПР кафедры в области физического воспитания по программам современных on-line и мультимедийных технологий в профессиональной деятельности.

Мероприятие 8

Применение разновидностей (базовая физическая культура, спорт, профессионально-прикладная физическая культура, оздоровительная физическая культура) и форм физической культуры (аудиторной и внеаудиторной) в виде двигательной деятельности обучающихся, для повышения эффективности занятий оздоровительного направления.

Мероприятие 9

Целенаправленное использование учебных дисциплин для создания у обучающихся основ общего физкультурного образования, формирования широкого комплекса жизненно необходимых двигательных умений, навыков и профессионально важных качеств, необходимых для этого теоретических знаний.

Мероприятие 10

Обеспечение разностороннего развития физических, профессионально важных и непосредственно связанных с ними психологических качеств, оптимизация и управление здоровьем, пропаганда и формирование здорового образа жизни – как гарантия уровня физической и общей работоспособности обучающихся.

Мероприятие 11

Формирование физической подготовленности, развитие физических способностей обучающихся на основе использования

разновидностей физической культуры, форм, видов двигательной деятельности в процессе изучения дисциплин, приобретение жизненно важных двигательных умений и навыков для специализации в той или иной избранной профессиональной деятельности.

Мероприятие 12

Внедрение в учебный и учебно-тренировочный процессы новых видов физкультурно-спортивной деятельности (баскетбол, бадминтон, мини-волейбол, стритбол и др.).

Мероприятие 13

Привлечение обучающихся к соревновательной деятельности – участие в традиционной, внутривузовской Спартакиаде. Цель соревновательной деятельности – выявление сформированных двигательных умений и навыков, профессионально важных качеств, обеспечивающих физкультурное образование обучающихся в вузе, раскрытие биологического потенциала обучающихся, отбор сильнейших спортсменов в сборную команду университета по видам спорта для участия в Краевой Универсиаде и других соревнованиях.

Выводы. Таким образом, модернизация физического воспитания в вузах как процесс совершенствования системы высшего профессионального образования, в целом, способствовала включению обучающихся в физкультурно-спортивную практику по творческому освоению ценностей физической культуры, овладению системно упорядоченным комплексом теоретических знаний, содействию разностороннему развитию личности обучающихся, сохранению и укреплению их здоровья, повышению уровня физической подготовленности, а также развитию профессионально важных качеств, психических процессов, психологических качеств и умений будущих специалистов, к которым предъявляет повышенные требования конкретная трудовая деятельность, а также выработке функциональной устойчивости организма к условиям этой деятельности, формированию потребностей обучающихся в физическом самосовершенствовании и поддержании высокого уровня здоровья.

Перспективы дальнейших исследований. Дальнейшее исследование проблем физического воспитания бакалавров в вузах будет связано с разработкой концепции, направленной на

объективно необходимое изменение существующих форм работы в гибкую, доступную многоуровневую систему, включающую скоординированные действия, способствующие достижению образовательных целей.

Использованные источники

1. Мартиросова Т. А., Яцковская Л. Н. (2009). Физическая культура и ее влияние на человека. *Слобожанский научно-спортивный Вестник*. №3. Харьков: ХДАФК. С. 217–220.
2. Мартиросова Т. А. (2012). Социально-педагогические аспекты профессионально-прикладной физической подготовки современного специалиста в вузе как составная часть высшего образования. *Applied and Fundamental Studies: Proceedings of the 1st International Academic Conference*. Vol. 2, October 27-28, St. Louis, USA. P. 69–77.
3. Мартиросова Т. А., Грахольская С. А. (2017). Физкультурно-оздоровительная деятельность для социализации студенческой молодёжи в современном обществе. Наука, технологии, прогресс: междун. on-line конф. (01.10.2017-31.10.2017). Изд-во: МЦНИП. 7 с.
4. Мартиросова Т. А. Коноплева Е. Н., Дорошкевич А. А. (2018). Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом. *Педагогічні технології формування культури здоров'я особистості: Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених і студентів* (26 квітня 2018 року, м. Чернігів) / відп. ред. Г. І. Жара. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка. С. 18–24.
5. Мартиросова Т. А. Малышева О. А. (2018). *Science, society, progress: Proceedings of articles the III International scientific conference Czech Republic, Karlovy Vary – Russia, Moscow, 2018, October 20-21* / Editors M. A. Suhomlinova, T. V. Zajachuk, M. A. Beljalova. Electron.txt.d (1 file 4,2 MB). Czech Republic, Karlovy Vary: SklenenyMústek – Russia, Kirov. МСНИП. С. 249–255.

Мартіросова Т. О.

МОДЕРНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ БАКАЛАВРІВ У ЗВО

Модернізація фізичного виховання бакалаврів у закладах вищої освіти спирається на порядок сходження від конкретного до абстрактного. В цілому процес модернізації фізичного виховання бакалаврів у ЗВО передбачає: виділення початку, вихідного пункту предметної галузі знань; аналіз цього вихідного відношення і протиріч, які містяться в ньому, розгляд форм їх розгортання і дозволу; виявлення основних чинників і закономірностей, кількісних і якісних показників процесів розвитку, пізнання і практичного використання; розгляд методів спрямованого розвитку, пізнання і практичного застосування в рамках предметної галузі знань.

Ключові слова: фізичне виховання, бакалаври, модернізація.

Martirosova T. A.

MODERNIZATION OF PHYSICAL TRAINING OF BACHELORS IN THE UNIVERSITIES

Modernization of physical education of bachelors in universities is based on the order of ascent from the concrete to the abstract. In General, the process of modernization of physical education of bachelors in high school involves: the allocation of the beginning, the starting point of the subject area of knowledge; analysis of this initial relationship and the contradictions contained in it, consideration of the forms of their deployment and resolution; identification of the main factors and patterns, quantitative and qualitative indicators of the processes of development, knowledge and practical use; consideration of methods of directed development, knowledge and practical application within the subject area of knowledge.

Key words: physical education, bachelors, modernization.

Стаття надійшла до редакції 09.02.2019 р.

МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНЕ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСТВА ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

У статті розглянуті головні правила формування здорового способу життя студентства, проаналізовані аспекти здоров'я та окреслені напрямки мотивації виховання свідомого ставлення молоді до власного здоров'я, який здійснюється шляхом передачі знань, формування умінь і навичок у зміцненні та збереженні здоров'я, виконання практичних дій здорового способу життя.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, студентство, мотиваційно-ціннісне ставлення.

Постановка проблеми. У сучасному світі відбувається напружений пошук нових людських орієнтирів, прогресивних шляхів розвитку, переорієнтування усієї освіти на розвиток особистості, її можливостей і якостей, у яких здоров'я особистості, як і нації в цілому, було б пріоритетним. У сучасних умовах в Україні склалася критична ситуація із станом здоров'я покоління, що підростає. Забезпечення належного рівня здоров'я населення є пріоритетним завданням будь-якої держави, її системи охорони здоров'я, про що наголошено у стратегічних документах національного рівня. Формування ціннісної мотивації особистості до здорового способу життя – процес досить складний і суперечливий. Збільшення кількості проблемних родин, зайнятість батьків, малорухливий спосіб життя створили критичну ситуацію зі станом здоров'я молоді, тому слід не один рік працювати над тим, щоб кожна молода людина усвідомила той факт, що стан здоров'я залежить на 70 % від неї самої, від рівня і стилю життя, від її власної культури і тільки на 30 % – від чинників зовнішнього середовища. Особливе місце в оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка має всі можливості зробити освітній процес здоров'язбережувальним. Темпи глобальних змін в сучасному світі настільки стрімкі і багатовекторні, що людина з великим напруженням пристосовується до умов життя, які постійно змінюються.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останні роки з'явилося багато наукових праць учених, які відображають загальні тенденції у розробленні методологічних, теоретичних і прикладних аспектів проблеми здорового способу життя. Особливу увагу заслуговують дослідження В. І. Бобрицької, проблемі формування здорового способу життя студентства присвятили свої праці: О. В. Вакуленко, Ю. М. Галустян, Н. М. Комарова, Р. Я. Левін, Т. В. Семігіна, О. О. Яременко [1; 2; 3]. Актуальною проблемою даного дослідження став пошук нових підходів до організації освітнього процесу, що забезпечить створення оптимальних умов для формування здорової, розумово підготовленої, соціально активної, фізично вдосконаленої, підготовленої до майбутньої професії молоді людини.

Мета та завдання роботи: полягають у розробленні нових підходів до формування ціннісних орієнтацій молоді щодо здоров'я. Системний підхід до розв'язання проблеми підтримання здоров'я населення означає залучення до вирішення окресленої ситуації не лише галузі охорони здоров'я, але й освіти, культури, соціальної роботи тощо. Критеріями сформованості правил здорового способу життя студентської молоді є достатній рівень їхньої компетентності в опануванні теоретико-методичних знань з фізичного виховання, перебудова свідомості, використання нових досягнень і методик, переорієнтування ціннісних мотивацій.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел.

Результати дослідження та їх обговорення. Здоровий спосіб життя – це активна участь у трудовій, громадській, сімейно-побутовій, дозвільній формах життєдіяльності людини. Як свідчать дослідження науковців, головним чинником, що найбільше зумовлює стан здоров'я, є спосіб життя, який веде сучасна молодь. Перспектива поліпшення громадського здоров'я найбільше пов'язана із системною діяльністю щодо формування здорового способу життя населення. Формування здорового способу життя є набагато ефективнішою й економічно доцільнішою стратегією, ніж постійне збільшення витрат на лікування наслідків нездорового способу життя, яке не забезпечує бажаного результату.

Сучасна наука розглядає здоров'я особистості як складний феномен глобального значення, який містить філософський, соціальний, економічний, біологічний, медичний аспекти і є індивідуальною й суспільною цінністю, явищем системного характеру, динамічним, постійно взаємодіючим з навколишнім середовищем, яке, у свою чергу, постійно змінюється. Тобто, за

сучасними уявленнями, здоров'я не розглядається як суто медична проблема. Більше того, вважається, що комплекс медичних аспектів становить всього 10 % від феномена здоров'я. Здоров'я – поняття багатопланове. Це не лише відсутність хвороб, але й високий рівень пристосування, благополуччя, комфортне психологічне самопочуття, толерантні соціальні відносини. На сучасному етапі виділяють такі складові здоров'я людини: духовне, соціальне, психологічне, інтелектуальне, емоційне, фізичне й особисте. Усі аспекти здоров'я людини однаково важливі й розглядаються у взаємозв'язку [3, с. 134].

В останнє десятиріччя виявляються стійкі негативні зміни в стані здоров'я населення України, особливо яскраво виражені у підлітків та студентства, поширення захворювань серед яких зросла більш ніж у 1,5 рази. Стає зрозумілою стурбованість суспільства і держави здоров'ям популяції, яка підростає, що визначає в найближчі і віддалені роки трудовий потенціал. Особливо загрозовано виглядає популяція у сільській місцевості. Так, за останні декілька років у 2,7 тис. сіл України не було народжено жодної дитини, у 1,4 тис. сіл немає молоді віком 16-28 років, 229 сіл взагалі спустіли.

На жаль, через відсутність сучасної матеріально-технічної бази у закладах освіти, недостатньої кількості спортивних майданчиків та інших спортивних споруд за місцем проживання молоді, фахівці з фізичної культури, реалізуючи питання державної політики, що містяться у національній доктрині розвитку освіти, зобов'язані мотивувати молодь до рухової активності і здорового способу життя шляхом проведення теоретичних занять, набуття студентами необхідними знань з основ теорії, методики й організації фізичного виховання і спортивного тренування, формувати стійкий інтерес до фізичної активності та виховання переконаності у необхідності регулярно займатися фізичним вихованням і вести здоровий спосіб життя.

Висновки і перспективи подальших досліджень. На нашу думку, у нашому суспільстві існує гостра соціальна проблема, пов'язана з українським рівнем здоров'я української молоді, що потребує детального аналізу його стану, розроблення нових підходів до формування ціннісних орієнтацій молоді щодо здоров'я. Системний підхід до розв'язання проблеми підтримання здоров'я населення означає залучення до вирішення окресленої ситуації не лише галузі охорони здоров'я, але й освіти, культури, соціальної роботи тощо.

Стійка зацікавленість систематичними спортивно-оздоровчими заходами, заняттями фізичними вправами є ціннісно-мотиваційним ядром індивідуально сформованої та розвиненої фізично досконалої молоді людини. Критерієм сформованості

правил здорового способу життя студентської молоді є достатній рівень їхньої компетентності в опануванні теоретико-методичних знань з фізичного виховання, перебудова свідомості, використання нових досягнень і методик, переорієнтування ціннісних мотивацій. Фізичне виховання та загальнодоступний спорт мають посісти особливе місце в житті кожної людини та стати обов'язковим атрибутом відпочинку на засадах здорового способу життя.

Використані джерела

1. Верблюдов, І. Б., Лоза, Т. О., Петренко, Н. В. (2010). Один з методів впровадження у повсякденний побут студентів педагогічного вузу тренувально-оздоровчого комплексу для самостійного виконання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. С. 38–42.
2. Романова, Н. Ф. (2010). Формування здорового способу життя як сучасна стратегія протидії соціально небезпечним хворобам серед дітей та молоді : монографія. Київ : Пульсари. С. 39–48.
3. Яременко, О. О., Вакуленко, О. В., Галустян, Ю. М. (2004). Формування здорового способу життя молоді : стратегія розвитку українського суспільства. Київ: Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді, Укр. ін-т соц. дослідж. 164 с.

Mysyak M. M.

Scientific supervisor: Sogokon E. A.

MOTIVATION-VALUE ATTITUDE OF STUDENTS TO HEALTHY LIFESTYLE

The article deals with the main rules of formation of a healthy lifestyle of students, analysed aspects of health and outlines the directions of motivation for educating the conscious attitude of young people towards their own health, which is carried out through the transfer of knowledge, the formation of skills and abilities in strengthening and maintaining health, practical implementation actions of a healthy lifestyle. Systemic approach to solving the problem of maintaining public health means involving not only the health sector but also education, culture, social work, etc., in solving a defined situation.

Key words: *healthy lifestyle, students, motivational and value attitude.*

Стаття надійшла до редакції 22.03.2019 р.

Оксьом П. М., Азаренков В. М., Бережна Л. І.

МОДЕРНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ У КОНТЕКСТІ НАЦІОНАЛЬНОЇ СТРАТЕГІЇ З ОЗДОРОВЧОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ В УКРАЇНІ

Стаття присвячена проблемі модернізації фізичного виховання в закладах вищої освіти України. Відзначено, що на сьогоднішній день система фізичного виховання студентської молоді знаходиться у стані кризи. У статті проведено обговорення Національної стратегії оздоровчої рухової активності в умовах інтеграції нашої країни до європейського простору.

Ключові слова: модернізація, фізичне виховання, студенти.

Вступ. В Україні відбуваються інтенсивні соціально-політичні та економічні перетворення, що активно впливають на Національну систему вищої освіти, це повною мірою стосується і галузі фізичного виховання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій показав зменшення рухової активності студентів в останні роки, погіршення стану їх здоров'я [1; 5; 6; 8]. Кількість студентів, що займаються у спеціальних медичних групах, складає в Україні в середньому 20-25 %, а в деяких закладах вищої освіти досягає 40 % і прогнозується його подальше збільшення до 50 % від загального контингенту студентів [6]. Стан здоров'я населення України турбує навіть міжнародну спільноту. ЮНЕСКО оголосило Україну «країною вимираючого етносу» [5].

Україна посідає 2 місце у світі за темпами депопуляції, 1-2 місце в Європі за смертністю від серцево-судинних захворювань, у студентів у 20-24-річному віці «біологічний вік» перевищує паспортний вік на 10–15 років [1].

Мета та завдання роботи – розглянути проблему модернізації фізичного виховання студентів вищих закладів освіти України.

Методи, організація досліджень. Для реалізації мети дослідження проводився теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та нормативно-правих актів за означеною проблемою.

Результати досліджень та їх обговорення. Результати досліджень показують, що система фізичного виховання у закладах

вищої освіти України перебуває у стані кризи та потребує модернізації, а одним із основних чинників незадовільного стану здоров'я студентів є недостатня рухова активність [1; 5; 6; 8; 9; 10].

Термін «модернізація» є похідним від французького слова *modernization* – «оновлення» та визначається як «оновлення, удосконалення, надання будь-чому сучасного вигляду, переробка відповідно до сучасних вимог». У «Великому тлумачному словнику сучасної української мови», термін *модернізувати* означає «змінювати, вдосконалювати відповідно сучасних вимог і смаків», а також «надавати минулому невластивих йому сучасних рис».

Через неоднозначність думки щодо модернізації фізичного виховання у деяких ЗВО фізичне виховання викладається тільки на 1-2 курсах навчання в обсязі 4 години на тиждень, а є такі, у яких фізичне виховання викладається тільки на 1-2 курсі обсягом 2 години на тиждень, порушуючи п. 4 ст. 26 Закону України «Про вищу освіту», п. 17 ст. 34 Закону України «Про вищу освіту», ст. 26 Закону України «Про фізичну культуру і спорт», Наказ МОН України №4 від 11.01.2006 р. [2; 3; 4; 7].

З метою забезпечення належного рівня фізичного виховання у закладах освіти Постановою Кабінету Міністрів України № 212 від 12.03.2016 р. внесено зміни до Типової форми контракту з керівником державного закладу вищої освіти, які передбачають персональну відповідальність за «розвиток і модернізацію змісту, форм фізичного виховання студентів, студентського спорту та відповідної матеріально-технічної бази, підготовки та оприлюднення щорічного звіту про стан фізичного виховання та спорту у вищому навчальному закладі» [9].

Оздоровча рухова активність сприяє розвитку економіки і суспільства загалом. За інформацією Всесвітньої організації охорони здоров'я, відсутність належної рухової активності призводить до економічних збитків у розмірі 150-300 євро на одну особу на рік. Протягом останніх п'яти років у деяких державах – членах Європейського Союзу, США, Канаді, Австралії, Японії були прийняті національні стратегії рухової активності [10]. Усвідомлюючи величезну роль, яку відіграє рухова активність у формуванні здорового способу життя здорової нації 09.02.2016 р. Указом Президента України № 42/2016 було схвалено «Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». Метою Національної стратегії є формування у суспільстві умов для оздоровчої рухової активності та здорового способу життя

для формування здоров'я громадян, як найвищої соціальної цінності в державі. Серед багатьох завдань Національної стратегії є модернізація системи фізичного виховання у закладах освіти та посилення відповідальності керівників за належний рівень фізичного виховання та рухової активності. Очікуваними результатами є підвищення щороку на 1 % кількості громадян, які мають достатній рівень оздоровчої рухової активності, ведуть здоровий спосіб життя та характеризуються низьким ризиком розвитку неінфекційних захворювань, насамперед серцево-судинних [10].

Висновки. Отримані дані дають нам підстави стверджувати, що:

1) на сучасному етапі модернізація фізичного виховання у закладах вищої освіти є актуальною та терміново необхідною;

2) Національна стратегія оздоровчої рухової активності в Україні серед багатьох завдань передбачає модернізацію фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі вбачаємо у розробці ефективних механізмів модернізації фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Використані джерела

1. Апанасенко Г. Л. (2009). Аеробна здатність як критерій життєздатності нації. *Педагогічні науки: реалії та перспективи*: науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова. Вип. 14. Сер. №5. С. 3 – 7.
2. Закон України «Про вищу освіту». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556> – 18.
3. Закон України «Про освіту». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145> – 19.
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808> – 12.
5. Канішевський С. М., Раєвський Р. Т., Краснов В. П., Рибковський А. Г., Присяжнюк С. І., Третьяков Н. А. (2008). Умови, стан і перспективи розвитку фізичного виховання у вузах України. *Теорія і практика фізичного виховання*. Науково-методичний журнал. Вид-во ДонНУ. №1. С. 139 – 144.
6. Канішевський С. М., Раєвський Р. Т., Рибковський А. Г., Третьяков Н. А. (2008). Інтеграційні моделі організації навчальних і позанавчальних форм занять по фізичному вихованню студентів. *Теорія і практика фізичного виховання*. Науково-методичний журнал. Вид-во ДонНУ. № 1. С. 107–113.

7. Наказ МОН України №4 від 11.01.2006 «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0249> – 06.
8. Оксьом П. М., Азаренков В. М., Кондратенко Ю. М., Бережна Л. І. (2011). Самооцінка стану здоров'я студенток вищого педагогічного навчального закладу. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт: науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. Випуск 13. С. 435–438.
9. Постанова Кабінету Міністрів України №212 від 21.03.2016 «Про внесення змін до пункту 6 типової форми контракту з керівником державного вищого навчального закладу» URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/212-2016-п>.
10. Указ Президента України «Про національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>.

Oksom P. M., Azarenkov V. M., Berezhna L. I.

THE MODERNIZATION OF PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS IN THE CONTEXT OF THE NATIONAL STRATEGY FOR IMPROVING MOTOR ACTIVITY IN UKRAINE

The article is devoted to the problem of modernization of physical education in higher education institutions of Ukraine. The statistical data confirms the crisis state of physical education of students. The necessity of modernization of physical education in institutions of higher education in connection with the reorganization of education is related to the integration of our country to the European system of higher education.

The analysis of National strategy of the recreational motor activity in Ukraine is conducted in the article. The research has demonstrated that the modernization of the physical education in educational institutions and the responsibility of managers for the proper level of physical education and motor activity of students are among the majority aims of the national strategy of the motor activity.

Key words: *modernization, physical education, students.*

Стаття надійшла до редакції 28.03.2019 р.

Шеремет І. В., Василенко К. С., Блонська О. В.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ REAL-МЕТОДИКИ ЯК ЗАСОБУ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Висвітлено особливості організації здоров'язбережувального освітнього середовища початкової школи за допомогою здоров'язбережувальної педагогічної технології REAL-методика. Актуальність вивчення окресленої проблеми мотивувалася необхідністю подолання існуючих у сучасній освіті суперечностей між потребою здоров'язбереження молодших школярів і недостатньою розробкою освітніх стратегій вирішення цієї проблеми.

Ключові слова: *здоров'язбережувальне освітнє середовище, REAL-методика, школярі.*

Вступ. Нині проблема здоров'язбереження набуває глобального виміру, вже сьогодні вона посідає сьоме місце серед загроз планетарного масштабу [5]. До того ж стан здоров'я є показником рівня добробуту цивілізованої країни [1], а також однією з характеристик національної безпеки [2]. Крім того, в останні роки навчальне навантаження на учнів молодшого шкільного віку помітно зростає [3]. Особливо гостро це відчувається у школі, де якість навчання оцінюється за принципом «чим більше знань, тим краще». Але така «якість» забезпечується за рахунок здоров'я учнів [4].

Мета та завдання роботи. Враховуючи те, що проблема організації здоров'язбережувального освітнього середовища початкової школи із застосуванням REAL-методики ще не знайшла достатнього відображення в дослідженнях сучасних науковців, нашою метою є розкриття методики здійснення означеної діяльності.

Особливу роль у формуванні здоров'язбережувального освітнього середовища початкової школи відіграють здоров'язбережувальні педагогічні технології. На нашу думку, ефективним є використання REAL-методики, в основі якої – біоадекватний підхід

до навчання, орієнтований на організацію гармонійної діяльності обох півкуль головного мозку під час навчальної діяльності учнів. Аббревіатура REAL розшифровується як: Relaxation – релаксаційне навчання, накопичення інформації; Action – активність під час процесу учіння; Learning – навчання. Особливістю REAL-методики є те, що етапи релаксації чергуються з етапами активності, на тлі релаксації відбувається накопичення інформації.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Для формування здоров'язбережувального освітнього середовища важливим є володіння вчителем здоров'язбережувальними педагогічними технологіями, в тому числі й REAL-методикою. Крім того, учень повинен бути не тільки об'єктом педагогічних впливів учителів, але й активним суб'єктом освітнього процесу [6]. Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів розв'язання цієї проблеми. Для подальшого вивчення та вирішення винесено питання особливостей підготовки педагогічних працівників до використання REAL-методики у середовищі початкової школи.

Список використаних джерел

1. Білик В. Г (2015). Формування професійно-педагогічної спрямованості майбутніх учителів початкової школи щодо впровадження сучасних здоров'яформувальних технологій. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*, 3, с. 39-41.
2. Матвієнко О. В., Шеремет І. В., Василенко К. С. (2018). Сучасні аспекти змісту підготовки вчителів початкових класів до формування та збереження здоров'я учнів. *Трансформаційні процеси в освіті та медицині*, с. 146-148.
3. Челнокова М., Шеремет І., Василенко К., Гаврилюк Ю. (2018). Особливості корекції негативних психоемоційних станів учнів молодшого шкільного віку як наслідків конфліктів у навчально-виховному процесі. *Розвиток конкурентоспроможної особистості у межах сучасної освіти*, с. 152-157.
4. Шеремет І. В. (2012). Формування навичок оздоровчої роботи у майбутніх вчителів початкової школи. *Вісник Чернігівського НПУ ім. Т. Г. Шевченка*, 98, с. 321-324.
5. Bilyk V., Sheremet I. (2018). A New View of the Nature of Reality and the Teaching Higher-Level Cognitive Strategies. *Philosophy and Cosmology*, 22, с. 92-110.

6. Matviienko, O. (2016). Actual problems of primary school pupils' underachievement. *Science and practice: Collection of scientific articles*, c. 277-281.

Sheremet I. V., Vasylenko K. S., Blonska O. V.

**FEATURES OF THE APPLICATION
OF REAL-METHODOLOGY AS A MEANS OF FORMING A
HEALTHCARE-SAVING EDUCATIONAL ENVIRONMENT
OF PRIMARY SCHOOL**

The peculiarities of the organization of the health of the preserving educational environment of elementary school with the help of health-saving educational technology REAL-methodology are highlighted. The urgency of studying the outlined problem was motivated by the need to overcome existing in modern education contradictions between the need for healthcare of younger schoolchildren and the lack of development of educational strategies for solving this problem. content, which are suitable for using in the educational process of primary school. Using REAL-methodology increase the childrens knowledge concerning human and health, provide the emotional uplift of children; decrease the level of anxiety; form the healthy behavior skills.

The theoretical results of the research can be used: in training and skills improvement of pedagogical workers (primary school teachers, teachers of basic of health).

Key words: *health-saving educational environment, REAL-methodology, school students.*

Стаття надійшла до редакції 14.02.2019 р.



ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Азаренков Віктор Миколайович – старший викладач кафедри спортивних дисциплін і фізичного виховання, Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка, м. Суми

Алексейцев Сергій Вікторович – студент 43 ФК групи факультету фізичного виховання, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, м. Кролевець

Артеменко Ганна Вікторівна – магістрантка 63М-ФК групи факультету фізичного виховання, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, м. Кролевець

Базиляк Наталія Олегівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри української та іноземних мов, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів

Бенза Наталія Сергіївна – студентка 6-го курсу (2-й курс магістратури) спеціальності «Початкова освіта» факультету педагогіки та психології, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ, м. Обухів

Бережна Лариса Іллівна – викладач кафедри спортивних дисциплін і фізичного виховання, Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка, м. Суми

Білик Володимир Олексійович – магістрант 6М-ФК групи факультету фізичного виховання, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, м. Кролевець

Блонська Ольга Валеріївна – студентка 22 змгвл групи спеціальності «Середня освіта (Здоров'я людини)» факультету педагогіки і психології, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

Булєєв Максим Вікторович – студент 1 курсу, 14-ї групи факультету фізичного виховання, призер (2 місце) змагань «Кубку світу з хортингу – 2019», Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Василенко Катерина Сергіївна – аспірант, спеціальність 011 – «Освітні, педагогічні науки», Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

Вітченко Альона Миколаївна – викладач кафедри педагогіки, психології та методики фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Воєділова Олена Михайлівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки, психології та методики фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Гогіна Тетяна Іллівна – кандидат біологічних наук, доцент, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків

Горемикін Андрій Сергійович – магістрант 6М-ФК групи факультету фізичного виховання, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, м. Кролевець

Дженджеро Оксана Леонідівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри мов та методики їх викладання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Жара Ганна Іванівна кандидат педагогічних наук – доцент, доцент кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Журба Денис Євгенійович – студент 4 курсу факультету фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Золотаренко Тетяна Олександрівна – студентка 3-го курсу факультету педагогіки та психології, спеціальності «Початкова освіта та іноземна мова», Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

Зоренко Владислав В'ячеславович – студент 3 курсу 31 групи факультету фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Ільницька Ганна Сергіївна – кандидат педагогічних наук, доцент, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків

Ільницька Лариса Вадимівна – старший викладач, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків

Керусова Оксана Валеріївна – студентка 32-вл групи, спеціальності «Середня освіта (Здоров'я людини)», факультету педагогіки і психології, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

Кійко Тетяна Борисівна – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Коваленко Аліна Миколаївна – викладач кафедри педагогіки, психології та методики фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Колодченко Валентин Романович – студент 3 курсу 31 групи факультету фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Корнєва Анастасія Олександрівна – викладач кафедри педагогіки, психології та методики фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Краснопольський Артем Ігорович – студент 43 ФК групи факультету фізичного виховання, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, м. Кролевець

Кузніцина Анастасія Олегівна – студентка факультету фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Кузьменко Олександр Петрович – кандидат медичних наук, доцент кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя і здоров'я, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

Купрієнко Валентина Степанівна – співробітник Чернігівського відділення Міжнародної наукової школи Універсології, м. Чернігів

Лисенко Людмила Леонідівна – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки, психології та методики фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Магеррамзаде Назанін Ільяс кизи – член Малої академії наук України, учениця 11-А класу, Чернігівська загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів № 6, м. Чернігів

Мартиросова Тетяна Олександрівна (Мартиросова Татяна Александровна) – доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри фізичної культури і валеології, Сибірський державний університет науки і технологій ім. М. Ф. Решетньова, Красноярський педагогічний університет ім. В. П. Астафьєва, м. Красноярськ, Російська Федерація

Матвіяс Ольга Василівна – старший викладач кафедри української та іноземних мов, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів

Мельникова-Егорченко Наталія Станіславівна – аспірант 3 курсу, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Мисяк Микола Миколайович – студент I курсу факультету фізичного виховання, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава

Оксьом Павло Михайлович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивних дисциплін і фізичного виховання, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, м. Суми

Осіпова Ілона Валеріївна – вчитель початкових класів, Новосілківська ЗОШ I-III ступенів Києво-Святошинської районної державної адміністрації Київської області, смт. Чабани; магістр 1-го року навчання факультету педагогіки та психології, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

Павлишина Катерина Ігорівна – студентка 2 курсу 4 групи Факультету міжнародної торгівлі та права, Київський національний торговельно-економічний університет, м. Київ

Рижик Тетяна Олексіївна – студентка магістратури 1 року навчання факультету фізичного виховання, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Сахненко Анна Василівна – аспірантка, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, м. Суми

Сікора Валерія Валеріївна – аспірантка кафедри загальної педагогіки і педагогіки вищої школи, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків

Следніков Леонід Сергійович – аспірант, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Тарасенко Юлія Анатоліївна – вчитель вищої категорії, Прилуцька ЗОШ I-III ступенів № 7, м. Прилуки

Шеремет Інеса Володимирівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя та здоров'я факультету педагогіки і психології, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ



ВІДОМОСТІ ПРО НАУКОВИХ КЕРІВНИКІВ

Васютіна Тетяна Миколаївна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки і методики початкового навчання, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

Жара Ганна Іванівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Жиденко Алла Олександрівна – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Кійко Тетяна Борисівна – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів

Костікова Ілона Іванівна – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і практики англійської мови, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків

Лазоренко Сергій Анатолійович – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри спортивних дисциплін та фізичного виховання, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, м. Суми

Самоленко Тетяна Володимирівна – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичної культури, Київський національний торговельно-економічний університет, м. Київ

Синіговець Василь Іванович – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, м. Кролевець

Согоконь Олена Анатоліївна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і фізичного виховання, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава

Сокол Євгеній Михайлович – тренер клубу хортингу «Сіверські Соколи», м. Ногород-Сіверський

Шеремет Інеса Володимирівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри медико-біологічних та валеологічних основ охорони життя та здоров'я факультету педагогіки і психології, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ



ЗМІСТ

Секція 1. ПЕДАГОГІЧНІ ІННОВАЦІЇ В ОСВІТІ: ДОСВІД ВПРОВАДЖЕННЯ

- Базиляк Н. О., Матвіяс О. В.**
МОВНІ СТРАТЕГІЇ ЯК ІННОВАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ
У СУЧАСНІЙ ОСВІТІ.....3
- Бенза Н. С.**
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЗДІЙСНЕННЯ ФОРМУВАЛЬНОГО
ОЦІНЮВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ6
- Вітченко А. М., Корнева А. О., Коваленко А. М.**
ХАРАКТЕРИСТИКА СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ
ВІЗУАЛІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ
ДЛЯ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ9
- Купрієнко В. С., Жара Г. І.**
МУЗИКОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ІНДИВІДУАЛЬНОГО
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ЛЮДИНИ.....14
- Осіпова І. В.**
ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОЕКТНОГО НАВЧАННЯ
ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ДОСЛІДНИЦЬКИХ УМІНЬ
В УЧНІВ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ19

Секція 2. СУЧАСНІ ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

- Булєєв М. В.**
ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ, ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ
ТА ПРАВИЛА ХОРТИНГУ22
- Золотаренко Т. О.**
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ КРИТИЧНОГО
МИСЛЕННЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ26

<i>Сікора В. В.</i>	ЕФЕКТИВНІСТЬ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРАКТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	29
<i>Следников Л. С.</i>	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИКИ ИГРОВОГО КРОССФИТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	32
 Секція 3. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ШКІЛЬНИХ ПРЕДМЕТІВ В УМОВАХ РЕАЛІЗАЦІЇ КОНЦЕПЦІЇ СТАЛОГО РОЗВИТКУ В ОСВІТІ		
<i>Алексейцев С. В.</i>	МЕТОДИКА РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ 12-13 РОКІВ ЗАСОБАМИ БАСКЕТБОЛУ	36
<i>Білик В. О.</i>	ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ УЧНІВ 13-14 РОКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ	41
<i>Кійко Т. Б., Журба Д. Є., Тарасенко Ю. А.</i>	ОСВІТНІ АСПЕКТИ СПРЯМОВАНОСТІ ФІЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ТУРИЗМОМ	46
<i>Колодченко В. Р.</i>	ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК: МОДЕЛЬ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ АКРОБАТИЧНИХ ВПРАВ ДІВЧАТ 14-15 РОКІВ	51
<i>Краснопольський А. І.</i>	ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ШКОЛЯРІВ 11-12 РОКІВ В УМОВАХ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ	57
<i>Кузніцина А. О., Воєділова О. М., Дженджеро О. Л.</i>	АЛГОРИТМ РОЗРОБЛЕННЯ ІНТЕГРОВАНОГО УРОКУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ.....	61
<i>Лисенко Л. Л., Мельникова-Егорченко Н. С., Рижик Т. О.</i>	ПРАКТИКА ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ НА УРОЦІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	65

**Секція 4. ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ
ЯК МІЖДИСЦИПЛІНАРНА ПРОБЛЕМА**

Зоренко В. В.

СИСТЕМА РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
З ФОРМУВАННЯ ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ
12-14 РОКІВ71

Кузьменко О. П., Шеремет І. В., Керусова О. В.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ЖІНОК,
ХВОРИХ НА РАК МОЛОЧНОЇ ЗАЛОЗИ75

Магеррамзаде Н. І.

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СЕНСОМОТОРНИХ
РЕАКЦІЙ У МОЛОДІ 16-22 РОКІВ
ПІД ВПЛИВОМ РІЗНИХ ВИДІВ ДІЯЛЬНОСТІ78

Павлишина К. І.

РУХОВА АКТИВНІСТЬ СТУДЕНТІВ СТАРШИХ КУРСІВ83

Сахненко А. В.

УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
СТУДЕНТОВ АГРАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ
СЛОБОЖАНСКОГО РЕГИОНА УКРАИНЫ.....87

**Секція 5. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ, СЕНСОРНА
ІНТЕГРАЦІЯ ЯК ЗАСОБИ ЗБЕРЕЖЕННЯ,
ЗМІЦНЕННЯ І ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я
РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ**

Артеменко Г. В.

МЕТОДИКА ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ У ПРОЦЕСІ
ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА ГЕМПАРЕТИЧНУ
ФОРМУ ДИТЯЧОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛІЧУ92

Горемикін А. С.

ВПЛИВ ЗАСОБІВ ОЗДОРОВЧОЇ ГІМНАСТИКИ
НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ.....97

Ільницька Г. С., Гогіна Т. І., Ільницька Л. В.

ПРЕСОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ВІДНОВЛЕННЯ ОРГАНІЗМУ
СТУДЕНТІВ-ЛЕГКОАТЛЕТІВ102

**Секція 6. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНЕ ОСВІТНЄ
СЕРЕДОВИЩЕ: ТЕХНОЛОГІЇ ОРГАНІЗАЦІЇ**

Мартиросова Т. А.

МОДЕРНИЗАЦІЯ ФІЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
БАКАЛАВРОВ В ВУЗАХ.....106

Мисяк М. М.

МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНЕ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСТВА
ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....117

Оксьом П. М., Азаренков В. М., Бережна Л. І.

МОДЕРНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ
У КОНТЕКСТІ НАЦІОНАЛЬНОЇ СТРАТЕГІЇ
З ОЗДОРОВЧОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ В УКРАЇНІ.....121

Шеремет І. В., Василенко К. С., Блонська О. В.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ REAL-МЕТОДИКИ
ЯК ЗАСОБУ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО
ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....125

ІННОВАЦІЙНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ: ЗМІСТ, НАПРЯМИ І ТЕХНОЛОГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ

МАТЕРІАЛИ VI ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
МОЛОДИХ ВЧЕНИХ І СТУДЕНТІВ
(м. Чернігів, 16 квітня 2019 року)

Технічний редактор *О. Єрмоленко*

Комп'ютерна верстка *О. Клімова*

Підписано до друку 02.05.2019 р. Формат 60×84 1/16.

Папір офсетний. Друк на різнографі.

Ум. друк арк. 8,14. Обл.-вид. арк. 6,14.

Наклад 100 прим. Зам. № 0044.

Віддруковано ТОВ «Видавництво «Десна Поліграф»

Свідоцтво про внесення суб'єкта

видавничої справи до Державного реєстру

видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції.

Серія ДК № 4079 від 1 червня 2011 року

14035, м. Чернігів, вул. Станіславського, 40

Тел. (0462) 972-664