



ВІСНИК

КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ВИПУСК 14, 2019

Головний редактор:

Єдинак Г. А., д-р наук з фізичного виховання і спорту, професор, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Редакційна колегія:

Бахмат Н. В., д-р педагогічних наук, професор, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Блават О. З., д-р педагогічних наук, доцент, Національний університет «Львівська політехніка», Україна

Босенко А. І., д-р педагогічних наук, професор, Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського, Україна

Василенко М. М., д-р педагогічних наук, доцент, Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна

Галаманжук Л. Л., д-р педагогічних наук, професор, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Маржець А., д-р педагогічних наук, професор, Гуманітарно-природничий університет імені Яна Длугоша в Ченстохова, Польща

Попович А. С., д-р педагогічних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Пронтенко К. В., д-р педагогічних наук, доцент, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова, Україна

Путров С. Ю., д-р філософських наук, професор, Національний університет імені М. П. Драгоманова, Україна

Сущенко Л. П., д-р педагогічних наук, професор, Національний університет імені М. П. Драгоманова, Україна

Боднар А. О., канд. педагогічних наук, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Дутчак М. В., д-р наук з фізичного виховання і спорту, професор, Національний університет фізичного виховання і спорту України

Корягін В. М., д-р наук з фізичного виховання і спорту, професор, Національний університет «Львівська політехніка», Україна

Нестерчук Н. Є., д-р наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Національний університет водного транспорту та природокористування, Україна

Ольховий О. М., д-р наук з фізичного виховання і спорту, професор, Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Україна

Пшибиш-Заремба М., д-р педагогічних наук, доцент, Державний університет прикладних наук в Скерневіце, Польща

Романчук С. В., д-р наук з фізичного виховання і спорту, професор, Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, Україна

Клюс О. А., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Мазур В. А., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Прозар М. В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Стасюк І. І., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Юрчишин Ю. В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

Збірник включено до Переліку наукових фахових видань України, галузь «Педагогічні науки» (наказ Міністерства освіти і науки України № 1328 від 21.12.2015 р.)

Вісник включено до науково-метричних баз:

Google Scholar
Index Copernicus (ICV 2013 : 5.86, ICV 2014 : 29.47)
(Польща)
CEJSH (the Central european journal of social sciences and humanities)
(Польща)

Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації:
КВ № 20175-9975 ПР від 05.07.2013 р.

Друкується за ухвалою Вченої ради Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка
(протокол № 8 від 29.08.2019 р.)

Виходить 4 рази на рік.

Заснований у 2013 році.

В 53 Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол.: Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський: Аксіома. 2019. Випуск 14. 52 с.

ISSN 2309-8082

У віснику висвітлюються результати наукових досліджень з актуальних проблем, що пов'язані з педагогічними аспектами фізичного виховання різних груп населення, валеології, ерготерапії, підготовки спортсменів та менеджменту у фізичній культурі.

Матеріали друкуються в авторській редакції. Рекомендовано науковим, науково-педагогічним працівникам, вчителям фізичної культури, основ здоров'я, тренерам з видів спорту, фахівцям з фізичної терапії, докторантам та аспірантам.

УДК 796:613

Адреса редакції:

вул. Огієнка, 61
м. Кам'янець-Подільський,
Україна

<http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/>
E-mail: 1876543@i.ua
DOI: 10.32626/2309-8082.2019-14

ЗМІСТ

Tsjovh L. Koryahin V. Blavt O.	Implementation of innovative pedagogical technologies in the control of physical education of students of special medical groups	5
Андрійчук О.	Підготовка фізичних терапевтів до практичної діяльності	10
Белікова Н. Подубінська С.	Сучасний стан організації позакласної роботи з фізичної культури	15
Богуш А. Галаманжук Л.	Практичне забезпечення модернізації занять фізичною культурою дітей у дошкільний період	20
Боднар А. Солопчук Д. Стасюк І.	Аналіз динаміки сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів.....	27
Заїкін А. Воронецький В. Рябцев С.	Динаміка морфофункціональних показників студентів наявних соматотипів із різною спортивною спеціалізацією	31
Носко М. Єдинак Г.	Передумови персоналізації в розвитку координації учнів початкової школи	36
Прозар М. Стасюк І. Петров А. Чобітько М.	Зміна показників фізичної підготовленості юних борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки.....	41
Слюсарчук В. Панчук Н.	Загальна фізична підготовленість дівчат – майбутніх офіцерів на початку навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти	46



BULLETIN

OF KAMIANETS-PODILSKYI NATIONAL IVAN OHIIENKO UNIVERSITY

PHYSICAL EDUCATION, SPORTS AND HUMAN HEALTH

COLLECTION OF SCIENTIFIC WORKS

ISSUE 14, 2019

Editor-in-Chief:

Iedyak G. A., Full professor PhD of Physical Education and Sports Sciences, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Editorial Board:

Bahmat N., Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Blavt O., Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Lviv Polytechnic National University, Ukraine

Bosenko A., Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, South Ukrainian National K.D. Ushynsky Pedagogical University, Ukraine

Vasylenko M., Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, National University of Physical Education and Sports of Ukraine

Galamanzhuk L., Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Marzec A., Full professor PhD, Jan Dlugosz University in Czestochowa, Poland

Popovich A., Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Prontenko K., Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Zhytomyr Military S.P. Korolev Institute, Ukraine

Putrov S., Full professor PhD of Philosophy Sciences, National M.P. Dragomanov University, Ukraine

Sushchenko L., Full professor PhD of Pedagogical Sciences, National M.P. Dragomanov University, Ukraine

Bodnar A. O., PhD of Pedagogical Sciences, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Dutchak M., Full professor PhD of Physical Education and Sports Sciences, National University of Physical Education and Sports of Ukraine

Koryahin V., Full professor PhD of Physical Education and Sports Sciences, Lviv Polytechnic National University, Ukraine

Nesterchuk N., Doctor of Physical Education and Sports Sciences, Associate Professor, National University Of Water And Environmental Engineering, Ukraine

Olkhovyi O., Full professor PhD of Physical Education and Sports Sciences, Petro Mohyla Black Sea National University, Ukraine

Pszybysz-Zaremba M., Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, State Higher Vocational School in Skierniewice, Poland

Romanchuk S., Full professor PhD of Physical Education and Sports Sciences, National Army Academy Hetman Petro Sahaidachny, Ukraine

Klyus O., PhD of Physical Education and Sports Sciences, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Mazur V., PhD of Physical Education and Sports Sciences, старший викладач, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Prozar M., PhD of Physical Education and Sports Sciences, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Stasiuk I., PhD of Physical Education and Sports Sciences, Dean of Faculty of Physical Education, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Yurchyshyn Yu., PhD of Physical Education and Sports Sciences, Associate Professor, Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University, Ukraine

Scientific-metric database:

Google Scholar,
Index Copernicus (ICV 2013 : 5.86, ICV 2014 : 29.47,
ICV 2016 : 53.50) (Poland)
CEJSH (the central European journal of social sciences and humanities) (Poland)

Certificate to registration:

KB N 20175-9975 PR of 05.07.2013.

The publication is approved by the decision of the Scientific Board of Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University (protocol №8 of 29.08.2019)

Four issues per year.

Established in 2013.

B 53 This bulletin of the Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University. Physical education, Sport and Human Health / [ed.: G. A. Iedyak (Editor-in-Chief) and others]. Kamianets-Podilskyi: Axioma. 2019. Issue 14. 52 p.

ISSN 2309-8082

The bulletin covers the results of the scientific investigations of the current problems connected with educational aspects of the physical training of different social classes, valeology, ergotherapy, preparing sportsmen and management in physical education.

The material is published in author's edition. This material is recommended to scientific, scientific-educational assistants, teachers of PE, health basics, sports coaches, physical therapy specialists, doctoral candidates and Ph.D. students.

УДК 796:613

Editorial Address:

st. Ivan Ohienko 61
Kamianets-Podilskyi,
Ukraine

<http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/>
E-mail: 1876543@i.ua
DOI: 10.32626/2309-8082.2019-14

CONTENTS

Tsjovh L. Koryahin V. Blavt O.	Implementation of innovative pedagogical technologies in the control of physical education of students of special medical groups	5
Андрійчук О.	Preparation of physical therapists for practical activities	10
Bielikova N. Podubinska S.	Current state of the organization of extracurricular activity on physical education.....	15
Bogush A. Galamanzhuk L.	The practical ensuring the modernization of physical activities for pre-school period children	20
Bodnar A. Solopchuk D. Stasiuk I.	Analysis of the dynamics of formation of the cognitive component of readiness of future teachers of physical culture for the olympic education of primary pupils	27
Zaikin A. Voronetskyi V. Ryabcev S.	The dynamics of morphofunctional indicators of students of different sports specialization and body constitution	31
Nosko M. Iedynak G.	Prerequisites of personalization in the development of coordination primary school pupils.....	36
Prozar M. Stasiuk I. Petrov A. Chobitko M.	Change of physical training indicators free style wrestlers on stage previous basic preparation.....	41
Sliusarchuk V. Panchuk N.	General physical preparation of girls – future officers at the beginning of training in a specialized higher education institution	46

IMPLEMENTATION OF INNOVATIVE PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES IN THE CONTROL OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUPS

L. Tsjovh, V. Koryahin, O. Blavt

Lviv Polytechnic National University, Ukraine

corresponding author – Blavt O.: oksanablavt@ukr.net

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.5-9

The relevance of the study is due to the objective need to increase the effectiveness of physical education of students in special medical groups during their training in higher education institutions. A promising direction for solving this problem is the development and practical implementation of new, highly effective control technologies. The purpose of the research: to identify conceptual approaches, the main tasks and mechanisms of the implementation of innovative pedagogical technology for controlling the physical education of students of special medical groups. *Material and methods.* The basis of the research is the use of a complex of general scientific theoretical methods: analysis, systematization, generalization, theoretical modeling. *Results.* The basic preconditions and bases of development and introduction of innovative technologies for control of physical education as the process of modernization of the existing control system are analyzed. Formulated conceptual approaches in this process, taking into account the specifics of the contingent of special medical groups. The task is substantiated, the structural components of the mechanism of implementation of innovative control technology are presented and analyzed. In the development of innovative technology, all cycles of diagnostics and management are integrated – from gathering information about the current state of the organism of students to the formation of managerial decisions. The theory of the regulation of cybernetic systems, the main elements of which are programming, screening, correction, is based on the innovative technology of controlling the course of physical education of students. The criterion for the effectiveness of the proposed provisions is the final analysis of the dynamics of the parameters of the psychophysical state of students of special medical groups in the process of their physical education. *Conclusions.* Integration of innovative technologies, through qualitative changes in the control of physical education of students of special medical groups, leads to an increase in the effectiveness of this process, before quantitative and qualitatively new results. The structure of technology presented in the work allows developing integrated algorithms of activity of subjects of realization of innovations, in order to ensure effective implementation of control of physical education of students of special medical groups, and, thus, increase of efficiency of this process in general.

Key words: physical education, student, special medical group, innovation, technology, efficiency.

Цьовх Л., Коряхін В., Блавт О. Впровадження інноваційних педагогічних технологій у контролі фізичної освіти студентів спеціальних медичних груп

Анотація. Актуальність дослідження обумовлена об'єктивною необхідністю підвищення ефективності фізичного виховання студентів у спеціальних медичних групах у термін їхнього навчання у закладах вищої освіти. Перспективним напрямом вирішення даної проблематики є розробка та практична реалізація нових високо-ефективних технологій контролю. *Мета дослідження:* виявити концептуальні підходи, основні завдання та механізми реалізації інноваційної педагогічної технології контролю фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп. *Матеріал і методи.* В основу дослідження покладено використання комплексу загальнонаукових теоретичних методів: аналіз, систематизацію, узагальнення, теоретичне моделювання. *Результати.* Проаналізовано базові передумови та основи розробки та упровадження інноваційних технологій у контроль фізичного виховання, як процесу модернізації існуючої системи контролю. Сформульовано концептуальні підходи у цьому процесі з огляду на особливості контингенту спеціальних медичних груп. Обґрунтовано завдання, представлено й проаналізовано структурні складові механізму реалізації інноваційної технології контролю. У розробці інноваційної технології інтегровано усі цикли діагностики та управління – від збору інформації про поточний стан організму студентів до формування управлінських рішень. В основу інноваційної технології контролю ходу фізичного виховання студентів покладено теорія регулювання кібернетичних систем, основними елементами якої є програмування, звірення, корекція. Критерієм ефективності запропонованих положень слугує підсумковий аналіз динаміки параметрів психофізичного стану студентів спеціальних медичних груп у процесі їхнього фізичного виховання. *Висновки.* Інтеграція інноваційних технологій, через якісні зміни у системі контролю фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп, призводять до підвищення ефективності цього процесу, до здобуття кількісно і якісно нових результатів. Представлена у роботі структура технології дозволяє розробляти інтегровані алгоритми діяльності суб'єктів реалізації інновацій задля забезпечення ефективної реалізації контролю фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп, а, відтак підвищення ефективності цього процесу загалом.

Ключові слова: фізичне виховання, студент, спеціальна медична група інновація, технологія, ефективність.

Introduction

Social transformations in the context of globalization changes that accompany the process of reforming education in Ukraine, lead to the emergence and development of educational innovations as a powerful resource for the modernization and development of the education system as a whole. Nowadays, the very innovations are the basic factor in the creation of a new system of physical education in higher education institutions [7; 12].

Innovative processes in education lead to the emergence of new approaches to the organization of the process of physical education of a leading character, which outline the perspective direction of the development of this system [21]. The problem of nationwide weight at present is the quality of higher education, which is equated with the quality of training of able-bodied professionals. The latter is provided by their proper state of health, which is the main driver of progress in all spheres of society and the state [4].

The problem of improving the health of young people can not be considered beyond the context of physical education, which today is ineffective in ensuring the psychophysical readiness of graduates of higher education to productive activities [1]. Within the framework of this problem, at the present stage, the issue of the effectiveness of physical education of students who, for the state of health, is directed at classes in special medical groups becomes of special significance.

Most scholars of the industry share those or other views on the ways of effective implementation of the targeted guidance of the physical education of students with a disability in the state of health, which requires an effective system of control [4; 8; 11; 14; 15]. According to the Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine «On the List of Directions for the Training of Specialists in Higher Educational Institutions for the Educational Qualification Level of Baccalaureate» [16], the introduction of national standards in the education system is aimed at improving the quality of student preparation, in particular, on the basis of streamlining the system control. It is considered that one of the promising directions of increasing the efficiency of physical education in special medical groups is the development and practical implementation of new highly effective control technologies [4; 11; 14]. The latter is also due to the fact that the reform of the educational system involves a rethinking of the purpose and outcome of physical education and the corresponding modernization of content [5].

However, despite the considerable interest of scholars and practitioners in controlling matters in physical education, this problem is one of the least studied in pedagogical science. Specialists of the industry [4; 20] focus on the peculiarity of control in the physical education of students with disabilities in health. At the same time, there is a contradiction between the rapid innovation development, the request and the need to update the content of control procedures implemented in its modernization, and the lack of integration of modern innovative technologies in this process [5; 12; 21]. The necessity of introducing innovations, fundamentally new approaches to the development of the theory of controlling the achievements of students in their physical education and the methods of their practical implementation in special medical groups that would correspond to the modern scientific ideas due to the reorganization of education in Ukraine, actualizes the problem of finding the introduction of innovative pedagogical technologies into the control system that are able to provide an effective solution to the problems of physical education of students with disabilities in health.

Material and methods

The purpose of the research is to identify conceptual approaches, the main tasks and mechanisms for the implementation of innovative pedagogical technology for controlling the physical education of students of special medical groups.

This research is theoretical qualitative research. The type of this research is descriptive modeling research. To achieve the assigned tasks the following research methods were used: general scientific methods of theoretical level: analysis and synthesis, systematization and generalization of research results in the ascertaining and the formative stages of experiment, theoretical modeling. The analysis in our study envisaged the dismemberment of control in the physical education of special medical groups in its components. Thus, they carried out a description of the parties, features, properties of this process, established their relationship in order to comprehensively study them. The synthesis envisaged the unification of the previously selected parts, sides, attributes, properties, control relationships in the physical education of special medical groups into a single whole. Generalization of the fixation of general features and control properties in the physical education of the special medical groups implemented the transition from unit to special and general, from less general to more general. The theoretical modeling is used to reproduce the model in accordance with the tasks of studying the essential properties of control implementation in the physical education of the special medical groups, its structures, relationships and relations between its elements [16; 18; 20].

Results

In UNESCO documents, pedagogical technologies are considered as a systematic method for the creation, application and definition of the entire teaching and learning process, taking into account technical and human resources and their interaction, which aims to optimize forms of education [20]. On the basis of generalization of information on this concept [1; 2; 6; 10], it was found out that, on the one hand, pedagogical technologies – a set of methods and means of processing, presentation, change and presentation of educational information, on the other – is a science of ways to influence the learning process using necessary means. We are joining the idea [4; 20] that the search for new innovative technologies is a process of modernizing the existing system of physical education. Consideration of the essential features of innovative pedagogical technologies requires the elaboration of the key concept of «innovation». «Innovation» means updating, changing, entering a new one [12]. In pedagogical interpretation, it involves innovations

to improve the course and results of the educational process [7]. In the future, our research is aimed at realizing the idea that innovation modernization is necessary for the reorganization of the current state of control in the physical education of students at special medical groups and requires the search for new means to achieve its objectives. So, we distinguish the directions of implementation of the outlined conclusion. Therefore, innovations from the standpoint and in the context of our research, on the one hand – ideas, approaches, methods, technologies that have not been used up so far [20], on the other hand – a complex of elements or separate elements of the control process, with progressive undertakings, in relation to the formation of innovations in the system of physical education, which provides its modernization in the course of changes [4; 20]. The main direction of such a strategy is to create a pre-emptive monitoring system that will significantly improve the quality of the control procedures and the results obtained.

At the first stage of the formation of pedagogical innovations the conformity of innovations with the requirements to innovations is established. The first requirement is an idea. In our study, the innovation process in the control involves changes based on its modernization, in order to improve the quality of physical education of students in general. As a complex activity, it is associated with the creation of new, more sophisticated control mechanisms [4]. Technologization of the process of implementing innovations involves building a technology structure, which is determined directly on the basis of the essence of innovation as a process and its laws [12]. At present, in the practice of scientific research in this direction, there is no consensus on the technology to control the dynamics of the required indicators in the process of physical education. Let's consider only some useful, in our opinion, directions of structural and technological modernization of the control system.

It is believed [3] that the best results in controlling the parameters that indicate the quality of physical education can be achieved using for these purposes methods of mathematical modeling and modern means of information processing. That is why the concept of optimal management of the process of physical education of special medical group students can be realized provided the most complete and accurate information about the current state of psychophysical readiness of everyone. It is also the basis for the development of an integral assessment in the overall control system.

The constant search for new, more advanced forms and methods for controlling and assessing the students' psychophysical status aims, first of all, to improve the diagnosis of the current condition. On this basis, it is supposed to determine the ways of its further improvement.

Solving this problem will allow more purposefully planning the conduct of training work, which is the basis for building the entire system of management of physical education of students. We see this in the development of innovative technology that integrates all stages of diagnosis and management – from gathering information about the current state to the formation of managerial decisions.

At the same time, when constructing innovative technology, it is necessary to take into account the fact that the psychophysical state of students is a complex dynamic system with a large number of infrastructural connections [15]. The success of the existence of such systems under the influence of internal and external factors is based on stable qualitative and quantitative relationships (correlation), which were formed in the process of physical education. The basis for building an innovative technology for controlling the psychophysical state of students was the following tasks:

- improvement of the organization of control over the partial preservation of the current content;
- qualitative reorganization of the content of test control;
- optimization of the methodology of evaluation.
- prompt and timely provision of accurate, complete information on the results and quality of the implementation of physical education plans at special medical group;
- providing effective control feedback in the process of physical education;
- organization of meaningful purposeful influence of control during physical education.

The structure of innovative control technology implies the following:

1. Determination of the list of basic psychophysical qualities, depending on the illness of the students (for each specific group of diseases separately).
2. Determine the list of tests that are appropriate to use as a measurement tool.
3. Normative base of the indicators included in the technology.
4. Levels of interconnections between them, calculated on the basis of correlation interactions.

A prerequisite for the construction of technology is that it should have in its composition a relatively small number of tests [5]. In accordance with the fundamental provisions of the test theory [3], the main factor in ensuring the effectiveness of the test control in physical education is the authenticity of the applied techniques. All tests must meet its requirements: have a proper coefficient of validity and reliability, and the form of distribution of indicators must comply with the Gauss law.

The theory of N. A. Bernstein is based on the innovative technology of controlling the course of physical

education of students on the regulation of cybernetic systems, the main elements of which are programming, screening, correction [20]. Thus, the assessment of certain parameters that demonstrate the effectiveness of pedagogical influences during the physical education of each particular student is to reconcile his individual characteristics obtained during the testing, with the norms, and the definition of differences in the level of individual indicators of normative characteristics. Such characteristics are in themselves a reflection of the qualitative and quantitative deviations of certain parameters from the norm. As a result, the obtained values of deviations can be considered as directions of possible correction of programs of physical education. It is these they are the basic basis for choosing the method of further training taking into account the individual characteristics of the health of each particular student. With the help of corrections during classes, the influence on qualitative changes in the structure of physical education is carried out. The latter is largely based on identifying signs that are lagging behind in development, but at the same time necessary to eliminate existing disabilities in the health of students. In this aspect, it is also important to take into account the gender characteristics and age-related changes that occur in the student's body during the training period in the higher education institutions. The mechanism of the implementation of innovative technology as an integral system must be determined by the unity of all its structural components, and the flexibility and reactivity of this system, necessary for timely adaptation to dynamic challenges, must be ensured by timely correction of pedagogical influences in the course of physical education of students. All components of the technology must function in a proper, focused on the end result, consistent unity [12].

Innovative technology for controlling the physical education of students should make it possible to determine its effectiveness. The criterion for the effectiveness of the proposed provisions is the final analysis of the dynamics of the parameters of the psychophysical state students of special medical groups in the process of their physical education. In general, the use of control technology will be more effective, the more it will focus on the individual dynamics of the parameters studied, rather than compliance with control standards. That is, according to the principles of individually oriented physical education.

Discussion

We fully support the scientific approaches of specialists engaged in finding ways to increase the effectiveness of physical education university students, as the main factor in their healthcare. In this context, we are joining the idea

that the efficiency of this process can be greatly enhanced by adjusting the control system [1; 4-6; 10; 11]. There is a certain number of evidence that control in physical education is a determining factor, which limits the state of physical education of students as a whole. Unlike previous studies, we have conducted an investigation into the students who, for health reasons, are directed to classes in special medical groups [3; 19; 20]. Currently, the search for a mechanism for managing the effectiveness of the process of physical education students of special medical groups on the basis of adjusting control procedures remains fragmentary, inadequate and unreasonable. For the first time the research on optimization of control in the physical education students of special medical groups has been conducted in the context of innovative modern technologies. We support scientific approaches [7; 12; 17; 20; 21] that the strategic goal of the policy of innovative development of the system of physical education should be the creation of a favorable innovation environment that would ensure the introduction of scientific ideas and developments into the elements of this system in order to ensure its effectiveness.

The above data confirms and extends the results of the researches [1; 7; 13] received concerning the problem of introduction of the newest technologies in the educational process of higher education. Taking into account existing researches [4; 9; 11; 12], which prove the efficiency of using innovations in the process of physical education, the basic approaches and directions of integration of innovative technologies into the system of control of physical education of students of special medical groups are presented. The obtained results supplement the information on the control of the physical education of students of higher education institutions [1; 4; 8; 15], and deepen the information on this process in relation to students of special medical groups.

Conclusions

The reform of education in Ukraine takes place in conditions of modernization processes in all branches of knowledge. In this context, innovative vectors for the development of physical education of students, as a means of preparing them for productive professional activity, are important. In modern conditions, only the transition to innovative development ensures the effectiveness of educational processes.

Integration of innovative technologies, through qualitative changes in the system of control of physical education of students of special medical groups, leads to an increase in the efficiency of this process, before quantitative and qualitatively new results in general. The reorganization principles of test control, which provide for its qualitative innovative modernization in order

to ensure the tolerance of pedagogical influences in the physical education of special medical groups, are presented in the work. It is substantiated that, taking into account the totality of regulatory capabilities and the molding control potential, new positions and directions of scientific research of innovative approaches should be directed, firstly, to the fundamental rearrangement of control system technology, and secondly, to modernize this process through the use of innovations for its intensification.

The structure of technology presented in the work allows developing integrated algorithms of activity of

subjects of realization of innovations, in order to ensure effective implementation of control of physical education students of special medical groups, and, thus, increase of efficiency of this process in general.

Consequently, the conducted scientific analysis allowed to reveal new reserves for increasing the effectiveness of physical education of students of IDUs, which have a deviation in the state of health, and outlines the prospects for achieving this through the modernization of all structural components of this process.

Conflict of interest. The authors state that there is no conflict of interest.

References

- Ayers SF. (2004). High School Students' Physical Education Conceptual Knowledge. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 75(3): 272–287. DOI: 10.1080/02701367.2004. 10609160.
- Baghurst T., & Mwavita M. (2014). Evaluation, rationale, and perceptions regarding fitness testing in physical education teacher education programs. *The Global Journal of Health and Physical Education Pedagogy*, 3: 348–364.
- Bassett DR. (2000). Validity and reliability issues in objective monitoring of physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71: 30–36.
- Blavt O. (2016). *System of control in physical education of students of special medical groups*. Lviv Polytechnic Publishing House.
- Di Tore P.A., Schiavo R., & D'isanto T. (2016). Physical education, motor control and motor learning: theoretical paradigms and teaching practices from kindergarten to high school. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4): 1293–1297. DOI:10.7752/jpes.2016.04205.
- Grabowski H. (2000). *Co koniecznie trzeba wiedziec o wychowaniu fizycznym*. Kraków : Oficyna Wydawnicza «Impuls».
- Gurtova TV., Korol OS., Nesgoda SP., & Stetsiak OB. (2019). Physical culture as an object of innovations in higher education institutions: a modern approach. *Scientific Journal of the National Pedagogical University named after. MP Drahomanov. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, 2(108): 33–36.
- Humphrey N., Lendrum A., Barlow A., Wigelsworth M., & Squires G. (2013). Achievement for All: Improving psychosocial outcomes for students with special educational needs and disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 34(4): 1210–1225. DOI:10.1016/j.ridd.2012.12.008.
- Iedynek G., Galamandjuk L., Kyselytsia O., Balatska L., Nakonechnyi I., Mazur V. (2017). Physiological characteristics of pubertal schoolchildren with chronic diseases. *Journal of Physical Education and Sport*. 17(4): 2462–2466. doi:10.7752/jpes.2017.04275
- Keating XD., & Silverman S. (2009). Determinants of teacher implementation of youth fitness tests in school-based physical education programs. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 14(2): 209–225. DOI:10.1080/17408980801974945.
- Koryahin V., Blavt O., Bakhmat N., Guska M., Ludovyk T., Prozar M., Bodnar A., Kravets S., & Bezgrebelnaya E. (2019). Differentiated correction of attention abilities of students with chronic diseases during physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(2): 293–298. DOI:10.7752/jpes.2019.s2044.
- Lyosota TI. & Levytska OM. (2017). Innovative technologies in the system of physical education of students. *Young Scientist*, 3.1(43.1): 202–205.
- Metzler M. (2011). *Instructional Models in Physical Education*. 3 edition. Routledge.
- Macleod G., & Cebula KR. (2009). Experiences of disabled students in initial teacher education. *Cambridge Journal of Education*, 39(4): 457–472. DOI:10.1080/03057640903352465.
- Overton H., Wrench A., & Garrett R. (2016). Pedagogies for inclusion of junior primary students with disabilities in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(4), 414–426. DOI:10.1080/17408989.2016.1176134.
- Physical education of students* / Ed. VM. Koryahin (2018). Lviv Polytechnic Publishing House.
- Schislovsky SV. (2015). Some indicators of physical state of the high school students on the stage of implementation of contents of the physical culture program. *Journal of Education, Health and Sport*, 5(7): 631–640.
- Shiyan, B. M, Iedynek, G. A., Petryshyn, Y. V. (2012), *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports], Oiyum, Kamyanskyi, Ukraine.
- Silverman S., Keating XD., & Phillips SR. (2008). A lasting impression: A pedagogical perspective on youth fitness testing. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 12: 146–166. DOI: 10.1080/10913670802216122.
- Stolyarov VI. (2015). *Theory and methodology of modern physical education: state of development and author's concept: monograph*. K.: Olympic literature.
- Tymoshenko OV., & Demin ZhG. (2016). How to modernize the national system of physical education? *Modern Educational Dimension. Education*, 15: 6–10.

Надійшла 05.07.2019

ПІДГОТОВКА ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ ДО ПРАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

О. Андрійчук

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк, Україна

кореспондент-автор – Андрійчук О.: andriiolla@ukr.net

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.10-14

Актуальність: робота фахівців з пацієнтами у сфері охорони здоров'я вимагає не лише досконалого володіння спеціальними (фаховими) знаннями, але виконання практичної взаємодії через призму гуманності. Саме під час навчання у студентів формуються почуття емпатії та ключові елементи професійного становлення. *Методологія дослідження.* Метою дослідження є розкриття питання етико-гуманістичного аспекту фахової підготовки фізичних терапевтів. Подано порівняльні дані щодо розподілу студентів першого року навчання за рівнями етико-гуманістичного виховання. У дослідженні брали участь 40 студентів Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки першого року навчання денної форми спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія». *Результати:* з'ясовано, що студенти, які вступили до університету на базі диплому молодшого спеціаліста після закінчення медичного коледжу виявляють вищі рівні досліджуваних якостей етико-гуманістичного виховання: 47% мають високі рівні чуйності й працелюбності та 53% – людяності. Серед респондентів, які вступили до ЗВО за результатами ЗНО високі рівні чуйності мають 16% студентів, людяності – 20% і працелюбності – 12%. Таке дослідження, направлене на первинне виявлення особливостей проявів етико-гуманістичних якостей є необхідним при плануванні виховних аспектів фахової підготовки фізичних терапевтів до практичної роботи.

Ключові слова: підготовка фахівців, етика, гуманність, студенти.

Andriychuk O. Preparation of physical therapists for practical activities

Abstract. *Actuality:* the work of specialists with patients in the field of health care requires not only perfect possession of special (professional) knowledge, but also the implementation of practical interaction through the prism of humanity. During the study students develop feelings of empathy and key elements of professional development. Therefore, it is important to determine the state of formation of future physical therapists, ergotherapists of ethico-humanistic traits for better fulfillment of their professional duties. *Research methodology.* The aim of the study is to reveal the issue of ethical and humanistic aspects of professional training of physical therapists. Comparative data on first year students distribution of training on levels of ethical and humanistic education are presented. The research involved 40 first year students of the Lesya Ukrainka Eastern European National University of the specialty "Physical therapy, ergotherapy". We have used the qualities we have defined and the levels and criteria for the ethical and humanistic education of future physical therapists have been developed during their studies in higher education. *Results:* it was found that students who entered the University on the basis of a diploma of Junior specialist after graduating from the medical college show far higher levels of the studied qualities of ethical and humanistic education than others who are not studying at the college: 47 % have high levels of responsiveness and diligence and 53 % – humanity. Among the respondents who entered the tertiary education institutions according to the results of external independent evaluation, 16 % of students have high levels of responsiveness, 20 % – humanity and 12 % – diligence. Such a study, aimed at the primary identification of the features of manifestations of ethical and humanistic qualities, is necessary in the planning of educational aspects of professional physical therapists training for practical work.

Keywords: training of specialists, ethics, humanity, students.

Вступ

Медична реабілітація є однією з найбільш гуманних сфер людської діяльності, адже направлена вона на пацієнта, який потребує допомоги, розуміння та співчуття. Фізичні терапевти як учасники мультидисциплінарної команди у своїй практичній діяльності, з одного боку, повинні бути теоретично обізнаними та практично підготовленими до індивідуального спілкування з хворими різного віку, з різними нозологічними формами, різного соціального становища, а з іншого – проявляти вміння працювати в команді фахівців підтримуючи колегіальність.

Аналіз сучасних наукових напрацювань, що стосуються етики та деонтології, в переважній більшості присвячено навчанню та роботі лікарів [10], середнього медичного персоналу [6; 9], при цьому автори зазначають, що в процесі фахової підготовки необхідно більше надавати уваги практичним навичкам [3]. Щодо професійної підготовки фізичної реабілітологів (терапевтів), то розроблено теоретичне

обґрунтування організаційно-педагогічних аспектів формування їх здоров'язберігаючої компетентності [2], розкрито мотиваційно-ціннісні орієнтації студентів [12]. Рекомендовано формувати в майбутніх фахівців із фізичної реабілітації культуру спілкування, що є однією з найбільш важливих форм зовнішнього прояву внутрішньої культури особистості [5].

Щодо етики роботи фізичних реабілітологів (терапевтів), то розглядається важливість розмежування ділової та професійної етики. Ділова етика повинна бути притаманна усім професійним робітникам, а професійна етика залежить від конкретної професії. У цьому плані професійна етика фізичного терапевта поглинає усе цінне у суміжних галузях – педагогіки, психології, соціології, оскільки медична реабілітація є інтегративною багатовекторною галуззю відновлення всього того, що було порушено у тілесному, психофізіологічному та іншому плані у результаті впливу травмуючого (патогенного) фактору [7].

Матеріал та методи дослідження

Метою нашої роботи є дослідження особливостей формування етико-гуманістичних рис в процесі фахової підготовки фізичних терапевтів, ерготерапевтів до практичної роботи.

Дослідження проведено на базі Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки протягом 2017–2018 рр. У дослідженні брали участь 40 студентів першого року навчання спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія». Отримані первинні дані опрацьовувались за допомогою методів математичної статистики для розрахунку відсоткового співвідношення досліджуваних даних.

Результати дослідження

Згідно з прийнятим тлумаченням, реабілітація осіб з інвалідністю – система медичних, психологічних, педагогічних, фізичних, професійних, трудових, фізкультурно-спортивних, соціально-побутових заходів, спрямованих на надання особам допомоги у відновленні та компенсації порушених або втрачених функцій організму для досягнення і підтримання соціальної та матеріальної незалежності, трудової адаптації та інтеграції в суспільство, а також забезпечення інвалідів технічними та іншими засобами реабілітації і виробами медичного призначення [8].

Отже, реабілітація передбачає виконання різнонаправленого комплексу всіх можливих та доступних заходів. В залежності від виду реабілітації, з особою, яка її потребує, працює ціла команда спеціалістів. Ведуче місце в синергізмі роботи фахівців належить фізичним терапевтам. Адже, саме фізична терапія направлена на запобігання руховим дисфункціям людини, на відновлення генетично закладеної людської необхідності – руху.

В командній роботі фізичного терапевта в лікувально-профілактичних, санаторно-курортних чи інших закладах закладена основа професійної етики, гуманності та колегіальності. Термін «етика», був введений ще давньогрецьким вченим Арістотелем. В її історичній основі закладено філософію моральної поведінки людини. На даний час, цим терміном визначають норми поведінки, сукупність моральних правил певної суспільної чи професійної групи. Професійна етика визначає норми поведінки кожного члена професійної групи (колективу) у службовій (робочій) обстановці, враховуючи професійні знання та відповідальності за виконання професійних обов'язків.

Відповідно, етика в медицині, в тому числі і в фізичній терапії, це сукупність моральних норм та принципів поведінки всіх фахівців причетних до діагностики захворювання, лікування та реабілітації хворих та подальшої профілактики: лікарів, середнього медичного персоналу, молодшого медичних сестер,

фахівців-фізичних терапевтів, ерготерапевтів та представників інших служб – психологів, соціологів тощо.

В 1948 році Генеральною Асамблеєю Всесвітньої Медичної Асоціації був прийнятий Міжнародний кодекс медичної етики. В ньому визначено критерії неетичності в поведінці медичного працівника, обов'язки лікаря щодо до хворих і до колег.

Фундаментальною основою професійної етики в охороні здоров'я є колегіальність. Згідно з українським тлумачним словником, колегіальність – це обговорення, принцип управління, при якому керівництво здійснюється групою осіб, що мають рівні права й обов'язки у вирішенні питань. В медичному колективі колегіальність передбачає співробітництво на засадах взаємоповаги при вирішенні питань щодо діагнозу, схеми лікування та фізичної терапії пацієнта, з метою максимального підвищення їх ефективності. Саме завдяки такому підходу можна підібрати і відкоректувати індивідуально орієнтовану програму лікування та фізичної терапії.

Ми переконані, що фахова підготовка фізичних терапевтів, ерготерапевтів повинна бути пронизана різними аспектами медичної етики та деонтології. Протягом всіх років навчання в ЗВО, необхідно розвивати вміння прислухатися до думки інших, аргументовано відстоювати свої переконання та, відкидаючи самовпевненість і сором'язливість при виникненні сумнівів у правильності, звертатись за порадою до досвідчених колег. Це єдиний шлях формування висококваліфікованого фахівця, який, в подальшому, буде здатний до саморозвитку та самовдосконалення.

Поряд з професійно важливим вмінням працювати в мультидисциплінарній команді фахівців, фізичний терапевт, ерготерапевт повинен вміти спілкуватись з пацієнтом, налагоджувати взаємозв'язок для співпраці. Розпочинається ця робота з першого візита пацієнта до фізичного терапевта, ерготерапевта. І саме від її дієвої перспективності залежить віра хворого в ефективність запропонованого комплексу заходів. За часів Гіппократа, професій «реабілітолог», «фізичний терапевт», «ерготерапевт» не було, усіх, хто допомагав хворим називали лікарями. Вже в той час великої уваги приділялось важливості співпраці лікаря і хворого. «Своїм характером, підходом до людей лікар повинен викликати до себе довіру і повагу...» [4, с. 32]. Доцільно пам'ятати слова стародавнього сирійського філософа та лікаря Абу-ль-Фараджа «Нас є троє – ти, хвороба і я. Якщо ти будеш з хворобою – вас буде двоє, а я залишусь один і ви мене переможете. Якщо ж ти будеш на моєму боці, нам удвох буде легше подолати її».

Принципи спілкування та поведінки медичного персоналу, в межах своїх професійних обов'язків, що спрямовані на створення сприятливих умов для

одужання хворої людини закладено в медичній деонтології. Деонтологія є складовою частиною етики. Термін «деонтологія» був введеним англійським філософом і правознавцем Джеремі Бентамом для позначення теорії моральності. Згідно з визначенням, яке подане в Академічному тлумачному словнику української мови: деонтологія – розділ етики, що вивчає проблеми обов’язку, форми моральних вимог та співвідношення їх. Деонтологія в медицині — це відповідальність лікаря, в першу чергу, перед самим собою, а також, перед хворим. Це вчення про лікарську честь, лікарський обов’язок. Ми переконані, що фізичні терапевти зобов’язані у своїй професійній діяльності підтримувати принципи деонтології лікаря.

Важливим моментом становлення професійного фахівця є досягнення внутрішньоособистісної гармонії – моральності, чесності, альтруїзму. Необхідно завжди пам’ятати древньоримське прислів’я найвідомішого із римських педагогів Марка Фабія Квінтіліана «Совість – тисяча свідків». Керуючись ним, фізичний терапевт, ерготерапевт, при фаховому виконанні своїх обов’язків, буде проявляти себе не лише як високоосвічений фахівець, а й як гуманна особистість. Саме на розвиток таких особистісних якостей повинен бути направлений весь навчально-виховний процес у ЗВО.

На нашу думку, підвищенню моральної відповідальності при виконанні своїх професійних обов’язків, сприяє урочиста й офіційна присяга, вірність якій присягають пронести через усе своє життя випускники-медики. Так, випускники вищих навчальних медичних закладів на церемонії одержання лікарського диплома в присутності своїх колег та наставників – професорів та викладачів, присягають «Гіппократову клятву». Це Клятва лікаря України, текст якої затверджено Президентом України в 1992 році. Медичні сестри

присягають дотримуватись Етичного кодексу медичної сестри, що був прийнятий на I з’їзді медичних сестер України в 1999 році. Провізори, у свою чергу присягають дотримуватись Етичного кодексу фармацевтичних працівників України, який був прийнятий в 2010 році.

В той же час в Україні ні Етичного кодексу фізичних терапевтів, ерготерапевтів, ні присяги не прийнято на законодавчому рівні. Існує з 2009 року Етичний кодекс членів громадської організації «Українська Асоціація фізичної терапії», де визначено шляхи розв’язання моральних проблем та прийняття найбільш адекватного професійного рішення в етичних питаннях. В основу Етичного кодексу Асоціації покладено міжнародні етичні принципи й стандарти діяльності фізичних терапевтів, які затвердженні на загальних зборах Світової конфедерації фізичної терапії. Ми вважаємо, що віднесення спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» в галузь знань «Охорона здоров’я» [11] має бути поштовхом до прийняття Етичного кодексу та урочистого складання випускниками присяги.

В процесі навчально-виховного процесу ми проводили визначення рівнів етико-гуманістичного виховання майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапія першого року навчання, які вступили до ЗВО на основі диплому молодшого спеціаліста після успішного закінчення медичного коледжу та на базі повної загальної середньої освіти за результатами ЗНО.

Ми виділили три рівні етико-гуманістичного виховання: I (високий); II (середній); III (низький). В основі критеріїв формування етико-гуманістичного виховання були закладені базові якості фахівців з фізичної терапії, ерготерапії: чуйність, людяність, працелюбність. В таблиці 1 представлено рівні та критерії етико-гуманістичного виховання на основі виділених якостей.

Таблиця 1

Якості, рівня та критерії етико-гуманістичного виховання студентів

Якості	Рівні та критерії етико-гуманістичного виховання		
	I (високий)	II (середній)	III (низький)
Чуйність	Студент проявляє чуйність, постійну увагу до потреб оточуючих (одногрупників), етично пропонує свою допомогу, пораду	Студент схильний до прояву чуйності, цікавиться потребами оточуючих (одногрупників), іноді етично пропонує свою допомогу, пораду	Студент має відчуття у потребі допомагати оточуючих (одногрупникам), але здатний лише на пораду (не завжди це робить етично)
Людяність	Студент постійно проявляє тактовність та чемність у ставленні до оточуючих (одногрупників та викладачів), відчуває емоційний стан та настрої іншої людини і намагається етично підняти позитивний тонус	Студент схильний до прояву тактовності та чемності у ставленні до оточуючих (одногрупників та викладачів), вміє відчувати емоційний стан та настрої іншої людини, але не завжди проявляє готовність допомогти	Студент може проявляти тактовність та чемність у ставленні до оточуючих (одногрупників та викладачів), але вибирає конкретних людей і відповідні умови, потребує постійного контролю за власною поведінкою
Працелюбність	Студент постійно працює над самовдосконаленням, отримує задоволення від процесу навчально-пізнавальної діяльності, суспільно-корисної та волонтерської праці	Студент працює з бажанням, але потребує періодичного контролю; готовий допомогти, якщо його попросять; до студентів-лідарів ставиться неприязно, але не завжди помічає їх	Студент виконує роботу, але схильний вибирати її за рівнем труднощів; потребує постійного контролю за виконанням доручених завдань

Було проведено визначення рівня етико-гуманістичного виховання студентів першого року денної форми навчання. У дослідженні брали участь дві групи студентів: 1 Група – 25 першокурсників, які вступили до ЗВО за результатами ЗНО та 2 Група – 15 студентів, які вирішили продовжувати навчання після закінчення медичних коледжів.

Аналізуючи отримані дані, ми виявили, що студенти 1 Групи 48 % мають середній рівень чуйності, 16 % – високий рівень і більше третини (36 %) – низький рівень (табл. 2). У той же час, у студентів 2 Групи – 47% виявляють високий рівень чуйності, 33 % - середній та 20% низький рівень. Щодо людяності як якості етико-гуманістичного виховання, то серед студентів «після

школи» високий рівень у 20 %; середній – у 56 % і низький – 24 %. Серед студентів «після медколеджу» високий рівень людяності виявляють 53 % осіб; 27 % – середній рівень і 20 % – низький. Детально дані графічно відображено на рисунку 1.

Показовою якістю щодо готовності до навчання та формування етико-гуманістичних навиків є працелюбність. Студенти з досвідом переднього навчання в ЗВО (2 Група) є більш працелюбними: 47% - високий рівень працелюбності, 40% – середній рівень і 13% – низький рівень. Студенти 1 Групи не проявляють достатньо високого рівня працелюбності – лише 12 % – мають високий рівень; 48 % – середній, 40 % – низький.

Таблиця 2

Розподіл студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» за рівнем етико-гуманістичного виховання

Якості	Рівні етико-гуманістичного виховання	Студенти першого року навчання			
		На базі повної загальної середньої освіти, n=25		На базі диплому молодшого спеціаліста, n=15	
		%	n	%	n
Чуйність	Високий	16	4	47	7
	Середній	48	12	33	5
	Низький	36	9	20	3
Людяність	Високий	20	5	53	8
	Середній	56	14	27	4
	Низький	24	6	20	3
Працелюбність	Високий	12	3	47	7
	Середній	48	12	40	6
	Низький	40	10	13	2

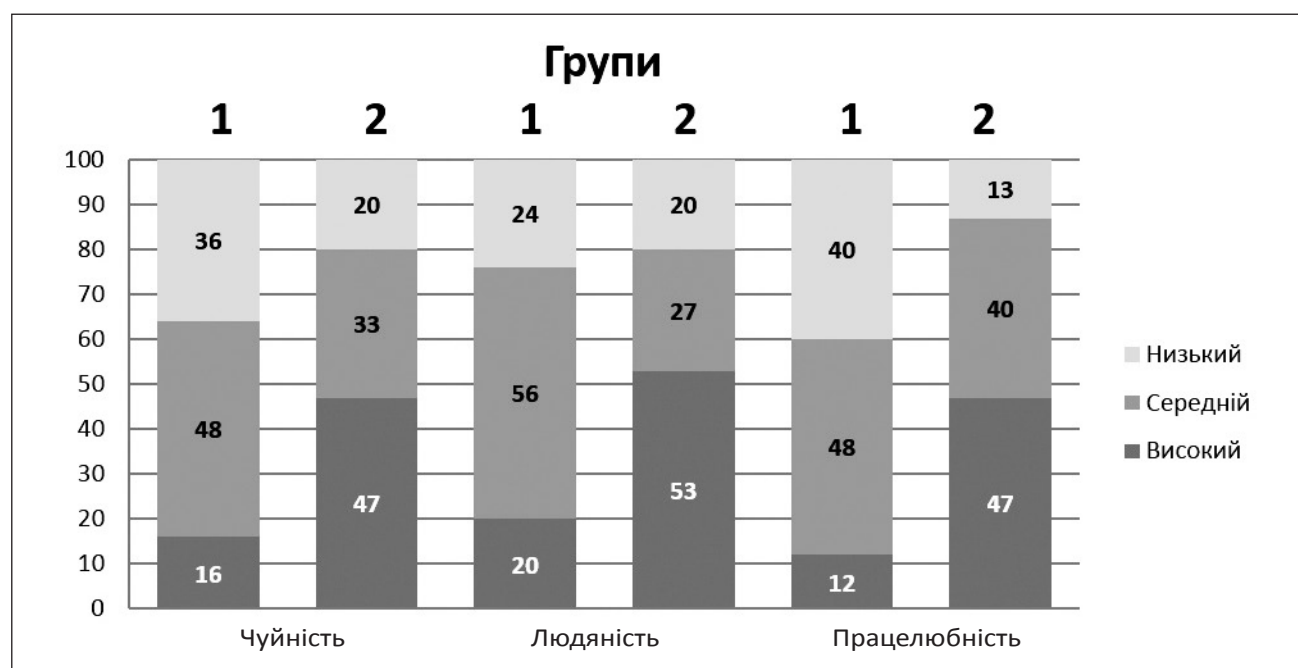


Рис. 1 Розподіл студентів спеціальності «Фізична реабілітація» за рівнем етико-гуманістичного виховання, %

Дискусія

При проведенні дослідження ми розуміли, що у студентів, які вступили до ЗВО після закінчення школи не має того досвіду, який є у тієї групи студентів, які пройшли навчання в медичних закладах освіти I-II рівнів, адже таке навчання вплинуло на формування особисті респондентів. Аналіз отриманих результатів свідчить, що студенти, які вирішили продовжувати своє навчання після отримання освітньо-кваліфікаційного рівня молодшого спеціаліста (Група 2) виявляють вищі рівні досліджуваних якостей етико-гуманістичного виховання: 47% мають високі рівні чуйності та працелюбності та 53% – людяності. Серед респондентів Групи 1 високі рівні чуйності мають 16% студентів, людяності – 20% і працелюбності – 12%. Таким чином, первинне виявлення особливостей проявів етико-гуманістичних якостей студентів першого року навчання є необхідним при плануванні виховних аспектів фахової підготовки фізичних терапевтів до практичної роботи.

Висновки

Мета фізичної терапії – максимальне відновлення або компенсація втрачених функцій людини – буде досягнута лише при умові, що медична етика та професій-

на деонтологія будуть проходити опорним стержнем у складному процесі синергізму та кумуляції реабілітаційної допомоги. Виховання етичних, гуманістичних якостей у студентів є фундаментальним принципом їх становлення як фахівців з фізичної терапії, ерготерапії. Як свідчать результати дослідження, на формування етико-гуманістичних якостей у студентів впливає попередня освіта. Особи, які закінчили медичний коледж, будучи професійно-орієнтовані, мають вищі рівні етико-гуманістичних якостей у порівнянні з студентами, які поступили до університету за результатами ЗНО на базі повної загальної середньої освіти. Ми не претендуємо на вирішення поставленого завдання, а лише намагаємось звернути увагу на особливість підготовки студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» до майбутньої практичної діяльності для налагодження взаємовідносин у колективі та роботи з пацієнтами.

До подальших перспективних напрямків дослідженнями відносимо дослідження динаміки формування професійно необхідних для практичної роботи знань та якостей у майбутніх фізичних терапевтів.

Конфлікт інтересів. Авторка заявляє про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Андрийчук О. Я., Смолюк В. І. Гуманістична освіта молоді: історично-дидактичний аспект: монографія. Луцьк: Видавництво «Волинська обласна друкарня», 2002. 148 с.
2. Белікова Н. О. Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутнього фахівця з фізичної реабілітації. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2009. № 6. С. 7–10.
3. Василюк М. Д., Шевчук А. Г., Кавин В. О. Шляхи вдосконалення професійної підготовки медичних сестер. Архів клініч. медицини. 2004. № 1. С. 84–86.
4. Верхратський С. А. Історія Медицини. 3-е вид., К.: Вища школа. Головне в-во, 1983. 384 С.
5. Гомонюк О. Педагогічні умови формування професійно значущих якостей у майбутніх реабілітологів. Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2014. № 8. С. 87–92.
6. Горай О. В. Проблеми професійної підготовки медичних сестер до санітарно-гігієнічного виховання та профілактичної роботи зі школярами в Польщі та Україні. Наук. зап. Терноп. нац. пед. ун-ту. Сер. Педагогіка. 2011. № 3. С. 371–376.
7. Д'яченко Т. В. Етичні та моральні вимоги до професії фізичного реабілітолога та реалізація положень болонської декларації. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2006. № 3. С. 23–27.
8. Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні». URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2961-15>
9. Кравченко Е. П. Професійна підготовка майбутніх медичних сестер у медичному коледжі: аксіологічний підхід. Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи : зб. наук. пр. 2013. Вип. 6. С. 69–74.
10. Нерянов Ю., Голова М., Кудієвський А. Етика та деонтологія в підготовці лікарів. Нова пед. думка. 2012. № 1. С. 253–256.
11. Постанова КМ України № 266 від 29.04.2015 р. «Про затвердження переліку галузей знань і спеціальностей, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти». URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/266-2015-p/print1443704984059214>
12. Цьось А. В., Шевчук А. Б., Касарда О. З. Рухова активність у мотиваційно-ціннісних орієнтаціях студентів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2014. № 4 (28). С. 83–87.

Reference

1. Andrijchuk O. Ya., Smolyuk V. I. (2002). Gumanistyczna osvita molodi: istorychno-dydaktychnyj aspekt: monografiya. Luczk: Vydavnytstvo «Volynska oblasni drukarnya».
2. Byelikova N. O. (2009). Formuvannya zdorov'язberigayuchoyi kompetentnosti majbutnogo faxivcya z fizychnoyi reabilitaciyi. Pedagogika, psykhologiya ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vuhovannya i sportu, 6: 7–10.
3. Vasylyuk M. D., Shevchuk A. G., Kavyn V. O. (2004). Shlyaxy vdoskonalennya profesijnoyi pidgotovky medychnyx sester. Arxiv klinich. Medycyny, 1: 84–86.
4. Verxratskyj S. A. (1983). Istoriya Medycyny. 3-e vyd., K.: Vyshha shkola. Golovne v-vo. .
5. Gomonyuk O. (2014). Pedagogichni umovy formuvannya profesijnno znachushhyx yakostej u majbutnix reabilitologiv. Naukovyj visnyk Sxidnoevropejskogo nacionalnogo universytetu imeni Lesi Ukrayinky, 8: 87–92.
6. Goraj O. V. (2011). Problemy profesijnoyi pidgotovky medychnyx sester do sanitarno-gigiyenichnogo vuhovannya ta profilaktychnoyi roboty zi shkolyaramy v Polshhi ta Ukrayini. Nauk. zap. Ternop. nacz. ped. un-tu. Ser. Pedagogika, 3: 371–376.
7. Dyachenko T. V. (2006). Etychni ta moralni vymogy do profesiyi fizychnogo reabilitologa ta realizaciya polozhen bolonskoyi deklaraciyi. Pedagogika, psykhologiya ta med.-biol. probl. fiz. vuhovannya i sportu, 3: 23–27.
8. Zakon Ukrayiny «Pro reabilitaciyu osob z invalidnistyu v Ukrayini». URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2961-15>
9. Kravchenko E. P. (2013). Profesijna pidgotovka majbutnix medychnyx sester u medychnomu koledzhi: aksiologichnyj pidxid. Osvita doroslyx: teoriya, dosvid, perspektyvy, 6: 69–74.
10. Neryanov Yu., Golova M., Kudiyevskiy A. Etyka ta deontologiya v pidgotovci likariv. Nova ped. dumka. 2012. 1:253–256.
11. Postanova KM Ukrayiny №266 vid 29.04.2015 r. «Pro zatverdzhennya pereliku galuzej znan i specialnostej, za yakymy zdiysnyuyetsya pidgotovka zdobuvachiv vyshhoj osvity». URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/266-2015-p/print1443704984059214>
12. Czos A. V., Shevchuk A. B., Kasarda O. Z. (2014). Ruxova aktyvnist u motyvacijno-cinnisnyx oriyentaciyax studentiv. Fizychno vuhovannya, sport i kultura zdorov'ya u suchasnomu suspilstvi, 4(28): 83–87.

СУЧАСНИЙ СТАН ОРГАНІЗАЦІЇ ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Н. Белікова, С. Подубінська

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк, Україна

кореспондент-автор – Подубінська С.: podubinska.sv@ukr.net

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.15-19

У статті досліджено особливості організації позакласної роботи з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти. Визначено, що позакласна робота з фізичної культури є оптимальним засобом залучення учнів до систематичних занять фізичними вправами, що сприяє зміцненню та збереженню їх здоров'я, проведенню активного дозвілля і відпочинку. З метою визначення сучасного стану позакласної роботи з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти проведено анкетування серед учителів фізичної культури (53 особи) та учнів 5–9 класів (277 осіб) м. Луцька Волинської області. Встановлено, що майже 1/2 частина учителів фізичної культури систематично проводять фізкультурно-оздоровчі та спортивні заходи, розробляють фізкультурно-оздоровчі програми для учнів своєї школи. Але значна частина учнів (майже 2/3) не залучена з тієї чи іншої причини до організації корисного дозвілля та активного відпочинку. Учні зацікавлені в урізноманітненні проведення позакласної роботи з фізичної культури за рахунок розширення видів рухової активності та включення різних видів спорту.

Ключові слова: учитель фізичної культури, учень, позакласна робота, гурток, фізична культура.

Belikova N. O., Podubinskaya S. V., Current state of the organization of extracurricular activity on physical education

Abstract. The article reveals the features of the organization of extracurricular activity on physical education in institutions of general secondary education. It is determined that extracurricular activity on physical education is an optimal means of attracting pupils to systematic physical exercises, which contributes to strengthening and preserving their health, conducting active leisure and rest. The study used a set of adequate methods, including analysis, synthesis, written questioning and mathematical statistics. The survey was conducted to determine the current state of extracurricular physical education work in general secondary education institutions. For this purpose, 53 physical education teachers and 277 children who were pupils of 5–9 grades of Lutsk secondary schools were involved. The questionnaires used in the study were designed by us, taking into account the recommendations of specialists. There were two such questionnaires: one for physical education teachers, the other for students. In order to determine the current state of extracurricular activity on physical education in institutions of general secondary education, questionnaires were conducted among teachers of physical education (53 respondents) and pupils of 5–9 classes (277 people) in Lutsk, Volyn Region. It has been established that almost 1/2 of teachers of physical education systematically conduct physical, health and sports events, and create physical culture and health programs for their pupils. But a significant part of the students (almost 2/3) is not involved in the organization of useful leisure and active rest. Students are interested in diversifying extracurricular activity on physical culture by expanding types of motor activity and incorporating various sports.

Key words: teachers of physical education, pupil, extracurricular activity, club, physical education.

Вступ

Нині в Україні відбуваються процеси оновлення системи освіти, що супроводжуються значними змінами в педагогічній теорії та шкільній практиці. Завданням закладу загальної середньої освіти є формування освітнього простору, де створюються сприятливі умови для розвитку здібностей і потенційних можливостей підростаючого покоління, задоволення їхніх індивідуальних запитів та освітніх потреб; для виховання в них бажання до самоосвіти, саморозвитку й самовиховання. Саме на вирішення таких завдань повинна бути спрямована позакласна робота у школі. Її пріоритетними завданнями повинні бути такі, як: заповнення вільного часу учнів дієвою руховою активністю; викликати в них бажання бути здоровими; підвищення їх інтересу до систематичних занять фізичною культурою; розкриття індивідуальних

якостей, і головне зробити так, щоб учням це приносило задоволення.

Важливим пріоритетом педагогічної майстерності учителя фізичної культури є вміння проводити позакласну роботу. У Положенні про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України (2005) сказано, що вчитель організовує та проводить позакласну спортивну та фізкультурно-оздоровчу роботу з учнями класів, в яких викладає, відповідно до загальношкільного плану [6].

Разом з тим, проблема достатньої рухової активності дітей не втрачає актуальності й потребує наукового розв'язання та подальшого вдосконалення. Дієвим засобом зміцнення здоров'я учнів, поліпшення їхнього фізичного розвитку є організація фізкультурно-оздоровчих заходів у позаурочний час. Вони покликані

за рахунок максимального використання різноманітних форм і методів роботи охопити систематичними заняттями фізичною культурою та спортом більшу кількість учнів. Тому дослідження особливостей сучасного стану організації позакласної роботи з фізичної культури в аспекті сьогодення є актуальним та своєчасним.

Аналізом літературних джерел встановлено, що вивченням питання професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до позакласної роботи висвітлені у працях Л. Ареф'євої, Є. Захаріної, О. Стасенка та ін. Організаційні форми і методи позакласної роботи з фізичної культури в закладах освіти розглядали О. Гончаренко, О. Дейкун, А. Мельник, М. Носко, Б. Шиян та ін. Дослідження сучасного стану позакласної роботи з фізичної культури суттєво доповнило існуючі наукові доробки.

Матеріал та методи дослідження

Мета статті – дослідити особливості організації позакласної роботи з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти. Використовували такі методи дослідження: загальнонаукові (аналіз, синтез, систематизація); праксіметричні (вивчення та узагальнення педагогічного досвіду); анкетування; методи математичної статистики.

Результати дослідження

Особливістю педагогічного процесу в позакласній сфері є яскраво виражена специфіка взаємин та взаємодії його суб'єктів у порівнянні з навчальним процесом, якому характерна відносна автономність у розвитку й саморозвитку свого внутрішнього світу, своєї свідомості та самостворення, самоутвердження під час дозвілля, усвідомлення самостійного вибору не тільки змісту, а й способів діяльності. У позакласній роботі, на думку М. Вайновської, особливого значення набувають гнучкість і мобільність, урізноманітнення цілей, методів і форм роботи, доцільність та ефективність добору певного класу педагогічних завдань, що можуть оперативно змінюватися, перероблятися з урахуванням запитів та творчих можливостей підлітків, стимулювання їх розвитку [1].

Позакласна робота зі школярами посідає важливе місце у системі навчання і виховання підростаючого покоління та потребує якнайбільшого впровадження в систему освіти. Але для багатьох учнів загальноосвітніх шкіл систематичні цілеспрямовані заняття фізичною культурою ще не стали нормою життя, засобом фізичного вдосконалення та зміцнення здоров'я [9].

Великий обсяг денного і тижневого навантаження учнів закладу загальної середньої освіти призводить до систематичного накопичення втоми, що негативно відбивається на загальному стані здоров'я школярів.

Тому питання про відновлення їхньої розумової і фізичної працездатності, підтримання належного рівня здоров'я та вдосконалення фізичного розвитку стає надзвичайно актуальним [8].

Для того, щоб підвищити рівень рухової активності учнів, потрібні допоміжні заняття фізичними вправами в позаурочний час. Велику роль у зазначеному відводиться проведенню учителями фізичної культури фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі дня школи, організації та проведенні загальношкільних фізкультурно-масових і спортивних заходів.

В Українському педагогічному словнику позакласна робота в школі визначається як складова частина навчально-виховної роботи, одна з форм організації дозвілля учнів. Позакласна робота організовується і проводиться в позаурочний час органами дитячого самоврядування за активною допомогою і при тактовному керівництві з боку педагогічного колективу, особливо класних керівників, вихователів, організаторів позакласної і позашкільної роботи [2].

О. Комар позакласну роботу визначає як організовану на добровільних засадах діяльність учнів, спрямовану на розширення й поглиблення їх знань, умінь і навичок, розвиток самостійності, творчих здібностей, інтересу до занять фізичною культурою і спортом. Ця діяльність базується на інтересі і бажанні дітей її виконувати, тому вона необов'язкова для всіх учнів класу. Вона сприяє вирішенню основних завдань школи [4].

Ми погоджуємося з думкою І. Городинської, що позакласна робота з фізичного виховання – це одна із форм організації корисного дозвілля та активного відпочинку учнів, яка містить велику кількість різнопланових заходів [3].

Позакласна діяльність з фізичної культури є складовою частиною виховної роботи в закладі загальної середньої освіти та володіє широким спектром можливостей впливу на особистість школярів. Вона сприяє різнобічному розкриттю індивідуальних здібностей учнів, які не завжди вдається розглянути на уроці; збагаченню їхнього життєвого досвіду і придбанню досвіду колективної взаємодії; розвитку творчого та інтелектуального потенціалу особистості в різних педагогічних ситуаціях, пов'язаних з модернізацією освіти; формуванню культури досліджуваного предмета.

У сучасних умовах позакласна діяльність з фізичної культури розсовує обрій звичних уявлень про способи та форми організації навчального процесу, а тому може і повинна бути використана для вирішення навчальних (поглиблення знань учнів в області програмного матеріалу; самостійне рішення проблемних ситуацій;

ознайомлення з історією фізичної культури і спорту), розвиваючих (логічне мислення учнів, просторова уява, пам'ять, кмітливість, культура мови і т.д.) і виховних завдань освіти (виховання наполегливості, завзятості в досягненні мети, ініціативи, волі і т.д.) [5].

Основу позакласної роботи з фізичного виховання визначають базовий та варіативний змісти. Базовий зміст (загальний для усіх типів навчальних закладів), який покладено і в основу державного стандарту позакласної роботи з фізичного виховання. Це стабільна частина роботи, яка не залежить від регіональних, національних та своєрідних особливостей загально-освітнього навального закладу, а в соціальному плані дозволяє задовольнити потреби суспільства в прагненні оптимального рівня фізкультурної освіти, фізичного розвитку, рухової підготовленості і стану учнів. Базовий зміст на оволодіння теоретичними та методичними знаннями, формування у дітей звичок здорового способу життя, творчого оволодіння способами фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності, самовизначення у виборі засобів та форм занять фізичною культурою і спортом; вправами, що сприяють:

- а) фізичній підготовці загально розвивального характеру та загартуванню організму учнів;
- б) розвитку сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності;
- в) корекції недоліків постави, фізичного розвитку, розвитку функцій опорно-рухового апарату та м'язових груп [8].

Варіативна диференційована частина позакласної роботи з фізичної культури визначається на підставі регіональних та національних особливостей і можливостей закладу загальної середньої освіти, а також з урахуванням індивідуальних здібностей та інтересів учнів, умов занять, спеціалізації учителя фізичної культури.

Ефективність позакласної роботи забезпечується при дотриманні наступних умов:

- тісний зв'язок з навчально-виховною роботою (наступність змісту, організаційно-методичні прийоми тощо);
- доступність занять і різноманітність форм, що забезпечують включення у фізкультурно-спортивну діяльність широкого контингенту учнів;
- спадкоємність принципів і методів всієї системи позакласної освітньо-виховної роботи за широкою участі учнівського активу;
- залучення батьків до матеріально-технічного забезпечення умов для занять, до керівництва секціями, командами;

- чітке керівництво з боку адміністрації та вчителів діяльністю шкільного колективу фізичної культури [7].

З метою визначення сучасного стану позакласної роботи з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти було проведено анкетування серед учителів фізичної культури (53 особи) та учнів 5–9 класів (277 осіб) м. Луцька Волинської області.

На запитання анкети «*Чи часто Ви проводите спортивні заходи, свята розробляєте фізкультурно-оздоровчі програми для учнів своєї школи?*» 54,72 % учителів фізичної культури відповіли «так»; 7,55 % – ні; 30,19 % – частково та 7,55 % опитаних було «важко відповісти» (рис.1).

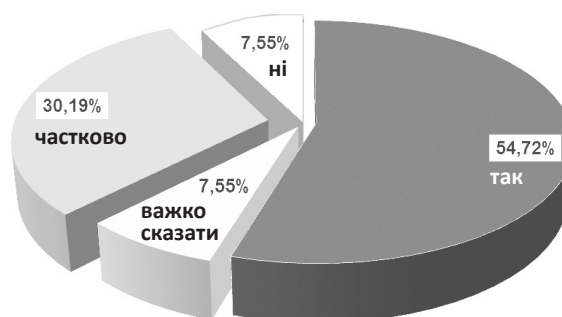


Рис. 1 Розподіл відповідей учителів фізичної культури на запитання «*Чи часто Ви проводите спортивні заходи, свята розробляєте фізкультурно-оздоровчі програми для учнів своєї школи?*»

Наступним було запитання: «*Чи проводите ви гурткову (секційну) роботу з учнями школи?*». На нього 79,25 % учителів відповіли, що так; 16,98 % – ні; 3,77 % респондентів відповіли «частково».

Відповідно учням були поставлені наступні запитання: «*Як часто проводять учителі фізичної культури фізкультурно-оздоровчі, спортивні заходи?*» – 25,99 % відповіли, що раз в семестр; 66,06% – декілька разів на рік; не проводять – 7,22%.

Опитування учнів проводилося з метою визначення їхнього зацікавлення та залучення до позакласної роботи з фізичної культури.

На запитання «*Чи організована у Вашій школі гурткова (секційна) робота з фізичної культури?*» 76,90 % учнів відповіли «так»; 9,75 % – ні; 13,36 % опитаних сказали «частково».

Відповіді на запитання «*Чи відвідуєте Ви гуртки (секції) з фізичної культури у своїй школі?*» розділилися таким чином: 38,63% учнів відповіли «так»; 61,37% – ні. Викликає занепокоєння той факт, що значна частина учнів (майже 2/3) не залучена з тієї чи іншої причини до організації корисного дозвілля та активного відпочинку.

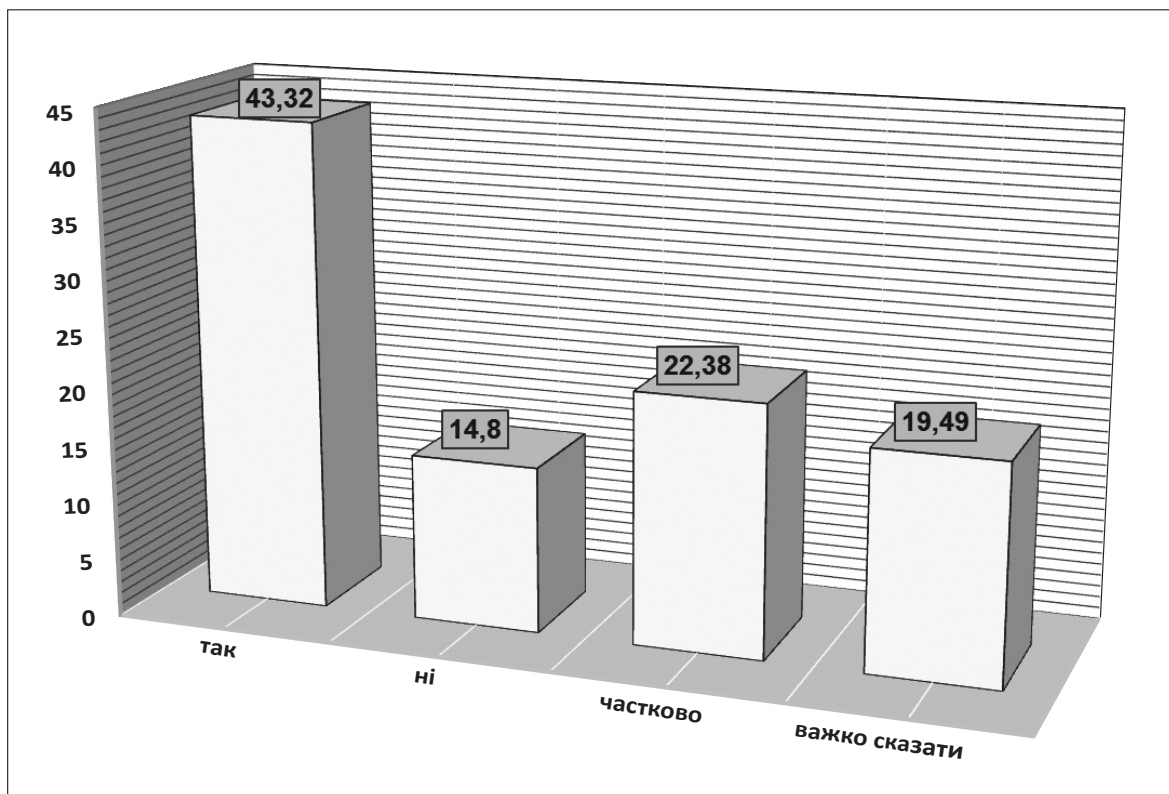


Рис. 2 Розподіл відповідей учнів на запитання «Чи цікаво організована гурткова робота (секційна) з фізичної культури у вашій школі?»

На запитання «*Чи цікаво організована гурткова робота (секційна) з фізичної культури?*» учні відповіли: 43,32% – так; 14,80% – ні; 22,38% – частково та важко відповісти – 19,49 % респондентів (рис. 2).

Учнім було запропоновано дати відповіді на запитання: «*Як би Ви хотіли, щоб була організована гурткова (секційна) робота з фізичної культури у вашій школі?*». Серед варіантів відповідей найчастіше зустрічалися такі:

- учні бажають, щоб учителі більше проводили спортивних заходів, змагань, різних естафет та ігор;
- учні бажають, щоб було більше різноманітних гуртків;
- учні бажають, щоб більша кількість учнів брала участь у позакласній фізкультурній діяльності.

Висновки

Узагальнивши результати анкетування учителів фізичної культури та учнів можемо обґрунтувати, що майже 1/2 частина учителів фізичної культури проводять

фізкультурно-оздоровчі, спортивні заходи, розробляють фізкультурно-оздоровчі програми для учнів своєї школи. Разом з тим, значна частина учнів (61,37%) не відвідує такі заходи з тих чи інших причин, що свідчить про низький рівень організації або доступності таких заходів. Учні зацікавлені в урізноманітненні проведення позакласної роботи з фізичної культури за рахунок розширення видів рухової активності та включення різних видів спорту. Тому потрібно здійснювати пошук нових підходів, методів та урізноманітнення форм проведення позакласної роботи з фізичної культури, що дасть можливість значно покращити стан організації і проведення цієї діяльності.

У подальших дослідженнях будемо розглядати особливості застосування анімації у гуртковій роботі учителя фізичної культури.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Вайновська М. К. Формування творчої особистості підлітка в навчально-виховному процесі: дис... канд. пед. наук: 13.00.07 / Запорізький обласний ін-т післядипломної педагогічної освіти. Запоріжжя, 2004. 214 с.
2. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ: Либідь, 1997. 376 с.
3. Городинська І. В. Фізичне виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі: дис.... канд. пед. наук: 13.00.07 «Теорія та методика виховання». Херсон, 2004. 252 с.
4. Комар О. А. Проблема готовності майбутніх учителів фізичної культури до позакласної роботи з молодшими школярами. Психолого-педагогічні проблеми сільської школи. 2015. Вип. 52. С. 31–36.

5. Мельнік А. О. Сутнісний зміст позакласної роботи учителів фізичної культури у початковій школі. Наукові записки (Серія: Педагогічні науки). 2015. Вип. 141 (II). С.183–186.
6. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0909-05>
7. Павленко В. О. Педагогічна майстерність вчителя фізичної культури в умовах реформування середньої освіти. Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 2017. С. 178–183.
8. Стасенко О.А. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у загальноосвітніх навчальних закладах: шляхи та перспективи. Молодий вчений. 2016. № 9.1 (36.1). С.151–157.
9. Щербатюк Н. І. Організація гуртка спортивної радіопеленгації як форми позакласної роботи. Наукові записки (Серія: Педагогічні науки). 2010. Вип. 91. С. 269–272.

References

1. Vainovskaya, M. K. (2004), *“Formuvannya tvorchoyi osobystosti pidlitka v navchal’no-vykhovnomu protsesi”* [The formation of the creative personality of the teenager in the educational process]: dys... cand. ped. sciences: 13.00.07. Zaporizhzhya regional institute of postgraduate pedagogical education. Zaporizhzhia. 2004. 214 p. [in Ukraine].
2. Goncharenko, S. U. (1997), *Ukrayins’kyi pedahohichnyy slovnyk* [Ukrainian Pedagogical Dictionary]. Lybid, Kyiv. 376 p. [in Ukraine].
3. Gorodinskiy, I. V. (2004), *“Fizychne vykhovannya starshoklasnykiv litseyiv ta himnaziy u pozaklasniy roboti”* [Physical education of high school students of high schools and high schools in extracurricular work]: dys... cand. ped. sciences: 13.00.07. Kherson State Pedagogical University. Kherson. 252 p. [in Ukraine].
4. Komar, O. A. (2015), *“Problema hotovnosti maybutnikh uchyteliv fizychnoyi kul’tury do pozaklasnoyi roboty z molodshymy shkolyaramy”* [The Problem of the Willingness of Future Physical Education Teachers for Extracurricular Work with Younger Students]. *Psykhologo-pedahohichni problemy sil’s’koyi shkoly*. 52. pp. 31–36. [in Ukraine].
5. Melnik, A. A. (2015), *“Sutnisnyy zmist pozaklasnoyi roboty uchyteliv fizychnoyi kul’tury u pochatkoviy shkoli”* [Essential content of extracurricular work of physical education teachers in elementary school]. *Naukovizapysky (Seriya: Pedahohichni nauky)*. 141 (II). pp. 183–186. [in Ukraine].
6. *Polozhennya pro orhanizatsiyu fizychnoho vykhovannya i masovoho sportu v doshkil’nykh, zahal’noosvitnikh ta profesiyno-tekhnichnykh navchal’nykh zakladakh Ukrayiny* [Regulations on the organization of physical education and mass sport in pre-school, general and vocational schools of Ukraine]. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0909-05> [in Ukraine].
7. Pavlenko, V. O. (2017), *“Pedahohichna maysternist’ vchytelya fizychnoyi kul’tury v umovakh reformuvannya seredn’oyi osvity”* [Pedagogical skill of physical education teacher in the conditions of secondary education reform]. *Osnovy pobudovy trenuval’noho protsesu v tsyklichnykh vydakh sportu*. 2. pp. 178–183. [in Ukraine].
8. Stasenko, O. A. (2016), *“Orhanizatsiya fizkul’turno-ozdorovchoyi roboty u zahal’noosvitnikh navchal’nykh zakladakh: shlyakhy ta perspektyvy”* [Organization of physical and health work in secondary schools: ways and perspectives]. *Molodyy vchenyy*. N 9.1 (36.1), pp. 151–157. [in Ukraine].
9. Shcherbatiuk, N. I. (2010), *“Orhanizatsiya hurtka sportyvnoyi radiopelenhatsiyi yak formy pozaklasnoyi roboty”* [The organization of sports radio direction as a form of extracurricular work]. *Naukovi zapysky (Seriya: Pedahohichni nauky)*. 91. pp. 269–272. [in Ukraine].

Надійшла 20.06.2019

ПРАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ МОДЕРНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ДІТЕЙ У ДОШКІЛЬНИЙ ПЕРІОД

А. Богуш¹, Л. Галаманжук²

¹ Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського, Україна

² Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

кореспондент-автор – Галаманжук Л.: astralesg@gmail.com

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.20-26

У статті на основі одержаних емпіричних даних та аналізу інформації літературних джерел обґрунтовано заходи, реалізація яких дозволить підвищити ефективність занять фізичною культурою у превенції негативних тенденцій, що на сучасному етапі характерні для психофізіологічного стану дітей у дошкільний період. Під час дослідження було використано загальнонаукові методи, зокрема аналіз і синтез, системний, теоретичне моделювання. Результатом дослідження стало визначення напрямів модернізації фізичної культури дітей в дошкільний період, а саме: науково-методичний супровід цього процесу та система державного управління. Останній напрям передбачав запропонований комплекс заходів для реалізації на центральному, місцевому і базовому рівнях. Перший зазначений напрям передбачав комплекси заходів для методичної складової, наукового і кадрового забезпечення фізичної культури дітей у дошкільний період. Методичний супровід на базовому рівні визначав оптимальну організацію занять, формування і реалізацію змісту для розвитку рухової активності дітей на засадах превенції її стану від такого, що відрізняється від необхідного. Зміст занять спрямовується на розвиток моторної функції в основних рухах, фізичних якостей, функціональних можливостей серцево-судинної, дихальної, нервово-м'язової систем й опорно-рухового апарату, а також формування знань у визначених питаннях із фізичної культури, навичок реалізовувати ці знання на практиці. Визначальним в організації занять є реалізація інтегративного і персоналізованого підходів, що передбачають, передусім урахування особливостей, характерних для дітей із певною спрямованістю рухової асиметрії рук.

Ключові слова: дошкільний період, фізична культура, модернізація

Bogush A. M., Galamanzhuk, L. L. The practical ensuring the modernization of physical activities for pre-school period children

Abstract. The article reveals the measures to increase the effectiveness of physical culture for children in prevention of negative tendencies of their psychophysiological state in the pre-school period. *The purpose of the research* was to develop the range of measures and their implementation that will ensure the modernization of physical activities for children to solve the tasks successfully. *The methods and organization of research.* The scientific methods, in particular analysis and synthesis, systemic theoretical modeling have been used during the research. The organization of recent study did not differ from traditional one at theoretical level. *The results of research.* The directions of modernization of physical activities for pre-school children have been determined by summarizing and systematization. Technical support of that process and public administration system were the directions of modernization. The public administration system included the proposed range of measures to realize them at central, local and basic levels. The technical support provided the range of measures by methodical, scientific and staff component of physical activities for pre-school children. The methodological support determined the optimal training organization at basic level, forming and implementation of content for development of children's motor activity to prevent the negative psychophysiological state. The training content is intended to develop the motor activity in basic moves, physical skills, functional possibilities of cardiovascular, respiratory, neuromuscular, musculoskeletal systems and knowledge generation on physical culture's aspects. *Conclusion.* Implementation of the integrated and personalized approaches are the determining factors in organization of classes. These approaches take into account the particularities of the children with specific motor hands asymmetry.

Keywords: pre-school period, physical culture, modernization.

Вступ

Одна з провідних ідей нового педагогічного мислення полягає у зближенні й поєднанні завдань суспільного та індивідуального розвитку, визнанні особистості людини як мети, рушійної сили суспільного прогресу та уособлення сукупності суспільних відносин [1; 2; 5; 18]. У зв'язку з цим актуалізується проблема докорінного перегляду фізичної культури дітей, адже такі заняття є однією з провідних складових навчально-виховного процесу в закладах дошкільної освіти (ЗДО), а значить забезпечують досягнення визначеної мети.

Перегляд повинен відбуватися на засадах урахування сучасних реалій, урахування ефективні підходи, адекватні функції й завдання, а також відповідального ставлення залучених у процес соціальних агентів [9; 11; 22].

Необхідність перегляду організації, формування і реалізації змісту занять фізичною культурою в ЗДО зумовлена комплексом причин. Передусім відзначаємо, що понад 85 % дітей у дошкільний період мають

декілька захворювань, з усіх – 35 % мають відхилення у фізичному, психічному розвитку, а функціональні можливості їх систем організму знаходяться на низькому, у кращому випадку – нижчому від середнього, рівнях [12; 21]. На початку навчання у ЗНЗ кількість фізично здорових 6-річних дітей становить менше 32 %; низькою фізичною працездатністю відзначається від 43,2 до 87 % [3], а функціональні можливості дихальної системи у 80–90 % нижчі від безпечного для здоров'я рівня [19; 22]. Регуляція серцевого ритму відбувається з напруженням, що значно більше від норми, а функціонування м'язової системи 55 % дівчаток і 37 % хлопчиків відповідає низькому рівню [6; 20].

Водночас, 52,1–64 % відзначаються виразною втомою від розумової діяльності, що свідчить про перенапруження систем, наслідок якого зменшення психофізіологічних ресурсів, а отже ефективності функціонування організму в цілому та окремих його систем [17; 22]. При цьому, соціальна і психологічна адаптація 6-річних першокласників до навчання в

школі виявляє негативну тенденцію зміни, а розумова працездатність виявляє слабку залежність від перших, тоді як функціональні можливості – досить міцну залежність [13]. Зазначене засвідчує необхідність пошуку шляхів розв'язання виокремленої наукової проблеми.

Матеріал і методи дослідження

Мета дослідження полягала у формуванні комплексу заходів, реалізація яких забезпечить модернізацію занять фізичною культурою дітей для успішного вирішення поставлених завдань. Досягали мети, використовуючи загальнонаукові методи, зокрема аналіз і синтез, системний, теоретичного моделювання [24, с. 53–54]. Щодо організації дослідження, то вона не відрізнялася від традиційної, тобто яку використовують під час досліджень на теоретичному рівні.

Результати дослідження

Проведеними дослідженнями [4-8] було визначено провідну ідею модернізації фізичної культури дітей у дошкільний період – процес занять фізичною культурою повинен систематично вдосконалюватися, бути відкритим, гуманістичним, демократичним, різнобічним, а найвища цінність у ньому – дитина з її індивідуальними особливостями.

Водночас було визначено напрями впровадження результатів таких досліджень, а саме систему державного управління та науково-методичний супровід фізичної культури дітей в дошкільний період. Так із урахуванням провідної ідеї, в системі державного управління зміст заходів із супроводу фізичної культури повинен передбачати таке. Підвищити ефективність адміністративного управління, покращити матеріально-технічне забезпечення занять фізичною культурою, соціально-правову підтримку дітей, інструкторів фізичної культури, вихователів. При цьому, в адміністративному управлінні необхідно: відмовитися від надмірного адміністративного впливу; активно розгортати і впроваджувати педагогічні, соціально-економічні методи управління, самоуправління, саморозвитку ЗВО; створювати гнучкі системи дії і взаємодії закладу освіти; залучати у процес управління громадськість.

Результатом зазначеної реорганізації адміністративного управління повинна бути децентралізація і консолідація. У першому випадку – це розширення повноважень ЗВО, регіональних і місцевих органів управління через перерозподіл функцій, повноважень між ними та центральними органами, але водночас підвищення вимог, відповідальності ЗВО за реалізацію фізичної культури превентивної спрямованості на місцях. Сутність консолідації вбачаємо в узгодженні функцій і повноважень, об'єднанні зусиль і спільній взаємодії всіх задіяних у процес управлінських структур (відповідальних за охорону здоров'я, соціальний захист,

освіту і науку), зацікавленість цих структур в якісній реалізації фізичної культури превентивної спрямованості.

Основними функціями центральних органів управління повинні бути прогностична та діагностична. Перша передбачає: розроблення і подальша модернізація стратегії розвитку освітньої лінії «фізична культура»; розроблення нових цільових установок, урахуваючи визначений як дієвий, превентивний розвиток дітей; визначення пріоритетних завдань, оптимальної загальної організації; розроблення програмно-нормативного змісту превентивної спрямованості. Важливими є також рекомендації кількісних і якісних характеристик готовності дитини до навчання у початковій школі, як підсумкового результату першого рівня ступеневої освіти. Із цим міцно пов'язана діагностична функція, що повинна передбачати, передусім перевірку стану застосування пропонованих новацій у практичній діяльності та встановлення досягнень.

На місцевому рівні (місцеві органи влади) реалізація зазначених функцій передбачає: використання пропонованих новацій щодо занять з фізичної культури, але враховуючи місцеві традиції, матеріально-технічні можливості ЗДО; координацію дій закладів і установ різного відомчого підпорядкування, що обслуговують дітей (групи матері й дитини, медичні організації й установи, обласні відділи державної влади, громадські організації); визначення тактики підвищення професійної майстерності вихователів, інструкторів з фізичної культури, адміністративного персоналу; ініціювання, підтримку, стимулювання впровадження педагогічних інновацій вітчизняного і світового досвіду, пов'язаних із використанням фізичної культури для різнобічного розвитку дітей дошкільного віку.

Важливе місце у системі управління посідає первинна ланка, а саме ЗДО та його рада, що є колегіальним органом вихователів, батьків, представників громадських організацій, меценатів. Рада у тісному контакті співпрацює із закладами й установами різного відомчого підпорядкування, що сприяє реалізації демократичних засад, взаємодії в управлінні навчально-виховним процесом. Ради повинні мати право коригувати зміст фізичної культури, що також сприятиме демократизації педагогічного процесу при одночасному підвищенні авторитету інструктора з фізичної культури, інших дошкільних педагогів, а також розвитку їхньої творчості, ініціативності, професійної майстерності у вирішенні поставлених завдань. Значною мірою мова ведеться про врахування рекомендацій теорії і методики фізичної культури, практичної медицини щодо заходів і способів стимулювання інструктором дітей до самовиховання, саморозвитку, вдосконалення за допомогою засобів і методів фізичної культури. Крім цього, важливою умовою успішного вирішення поставлених

завдань є належне матеріально-технічне забезпечення, насамперед створення сучасної навчальної бази та фінансування. Тут необхідно враховувати рекомендації з менеджменту у сфері фізичної культури, а також поліпшувати централізоване фінансування, залучати кошти міських органів влади, спонсорів, меценатів. У зв'язку з цим потребує перегляду фінансове забезпечення педагогічних кадрів, зокрема відхід від існуючого залишкового принципу. Доцільно також, щоби ЗДО (в особі його Ради) був самостійним розпорядником фінансів і мав можливість формувати власний фонд, самостійно визначати суми витрат на фізичну культуру, у тому числі на додаткову оплату праці інструктора, а також надавати в оренду і створювати спільні спортивні об'єкти.

Реалізація означених пропозицій передбачає підтримку держави на кожному рівні, в якій провідне місце повинні посідати розроблення і прийняття необхідних законодавчих, нормативних актів й інших документів. Так необхідно законодавчо закріпити відповідальність директора ЗДО за створення належних умов для занять фізичною культурою. Важливим також є внесення доповнень і змін у державні законодавчі ініціативи, насамперед загальнодержавні цільові програми, пов'язані з фізичною культурою і фізичним вихованням, а також Закони України «Про заходи щодо вдосконалення соціальної роботи із сім'ями, дітьми та молоддю», «Про Загальнодержавну програму «Національний план дій щодо реалізації Конвенції ООН про права дитини на період до 2016 р.», Закону України «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства», «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю».

За іншим виокремленим напрямом, а саме яким є система науково-методичного супроводу фізичної культури дітей у дошкільний період, зміст заходів повинен враховувати і передбачати таке. Мета дошкільної фізичної культури – досягти впливом на рухову активність дітей індивідуально максимального оздоровчого і прикладних ефектів, котрі є провідними умовами превенції наявних у дітей негативних тенденцій у розвитку, для забезпечення в подальшому повноцінного, продуктивного життя і діяльності у початковій школі. Дієвими критеріями і показниками останнього є: адекватна адаптація (соціальна, психологічна) до навчальної діяльності у початковій школі; спроможність виходити з наявних індивідуальних можливостей для максимально ефективного і творчого вирішення різних практичних завдань, що висунуло повсякденне життя; орієнтування останнього на здоровий спосіб життя; свідоме використання фізичної культури для поліпшення здоров'я, працездатності (фізичної, розумової), фізичних якостей, нормалізації

функціонування систем організму після впливу різних негативних чинників.

Ураховуючи мету, провідними заходами з належного методичного супроводу фізичної культури дітей у дошкільний період вбачаємо такі, що забезпечать створення і використання пакету матеріалів, зокрема програми, посібників, довідкової літератури для інструкторів, вихователів, батьків. Конкретизуючи такі заходи відзначаємо, що у найбільш узагальненому вигляді орієнтиром змісту фізичної культури повинні бути: розвиток рухової активності дітей задля формування умінь і навичок, передусім в основних рухах; збільшення функціональних можливостей систем організму, в тому числі фізичних якостей; поліпшення стану здоров'я, зокрема соматичного. Ураховуючи положення превентивної педагогіки, спрямованість фізичної культури дітей у дошкільний період вбачається у переході від зазначеного формального орієнтиру (сприяння розвитку рухової активності дітей) до конкретизованого, а саме упередження негативних тенденцій у розвитку організму, притаманні дітям сьогодні. Також необхідно враховувати сучасні світові тенденції і пріоритети розвитку фізичної культури дітей, зокрема формування знань, пов'язаних із: поліпшенням психофізіологічного стану, нормалізацією функціонування організму в умовах впливу на нього різних чинників, спроможністю реалізовувати набуті знання у практичній діяльності.

Методичне забезпечення містить матеріали рекомендаційного змісту, цільові установки фізичної культури дітей у дошкільний період, пріоритетні завдання, прогресивні форми організації цього педагогічного процесу, високоефективні освітні технології, методики, передусім з оволодіння основними рухами, починаючи з першого року життя. Змістом є також кількісні та якісні характеристики дитини у таких аспектах: стані готовності до навчання у початковій школі; стані сформованості умінь і навичок у веденні здорового способу життя; стані сформованості ціннісних орієнтирів щодо власного здоров'я; ознаках, на підставі яких можна зреалізувати диференційований підхід до дітей під час занять фізичною культурою не тільки за ознакою статі, віку, але й за біологічними показниками (генетичними маркерами), що відзначаються сталістю вияву, а також методами використання цих показників. Водночас технології, методики повинні містити способи і заходи стимулювання дітей до використання фізичних вправ у повсякденному житті, а також зміст занять, що враховує особливості дітей.

Важливе місце у розв'язанні проблеми, що розглядається, посідає наукове та кадрове забезпечення фізичної культури дітей у дошкільний період. Так, подальшими науковими дослідженнями необ-

хідно здійснювати пошук шляхів розв'язання проблеми економічного змісту, науково-методичного змісту управлінської діяльності на різних рівнях, модернізації організаційної та нормативної складових фізичної культури дітей у дошкільний період. Організацію наукових досліджень здійснюють галузеві науково-дослідні інститути Академії педагогічних наук України, Міністерства у справах сім'ї, молоді та спорту України, Академії медичних наук України під патронатом Президента України і Кабінету Міністрів України. Щодо змісту, то для найближчої перспективи пріоритетними є напрями, пов'язані з реалізацією інтегративного підходу до розвитку рухової активності дітей на заняттях фізичною культурою, враховуючи особливість рухової асиметрії рук. Перспективним є також обґрунтування доцільності використовувати інші генетичні маркери для реалізації диференційованого та інтегративного підходів на заняттях фізичної культури. Використовувати на таких заняттях нетрадиційні засоби і методи, а також технології і методики поліпшення розумової працездатності дітей.

Що стосується кадрового забезпечення, як ще одного напрямку модернізації фізичної культури дітей у дошкільний період, то його розглядали як необхідну умову забезпечення якісно нового рівня цього педагогічного процесу. Передусім це пов'язували з тим, що одним із його головних учасників є інструктор фізичної культури зі своєю компетентністю. Новий тип такого фахівця передбачає, крім іншого, також виразну індивідуальність, спроможність організувати навчально-виховний процес із фізичної культури в різних умовах, творчо і на високому професійному рівні вирішувати різні за змістом завдання, але передусім пов'язані з реалізацією особистісно-орієнтованого навчання. Зазначене значною мірою залежить від якості підготовки у закладах вищої освіти та післядипломній освіти фахівців. Підсумком підготовки повинен бути інструктор, озброєний теорією, технологіями і методиками занять фізичною культурою, спроможний творчо і проєкційно мислити, компетентно й оперативно виконувати поставлені завдання, постійно підвищувати педагогічну майстерність. Значною мірою сприятиме цьому врахування попереднього негативного досвіду підготовки таких фахівців. Так, зміст професійно-орієнтованих навчальних дисциплін та педагогіки, психології повинен містити матеріал про світові новації, сучасні інноваційні технології, методики взаємодії інструктора (дошкільного педагога) та дитини, у тому числі зі збільшенням частки інтерактивних методів і мультимедійних засобів навчання. Щодо необхідних знань, то крім зазначеного, вони повинні бути орієнтованими на таке: методи наукового пізнання; принципи, засоби, методи управління

психофізіологічним станом дітей із неоднаковим рівнем розвитку; зміст відновлювальних, коригувальних і оздоровчих практик фізичної активності; способи, засоби і методи активізації діяльності дітей на заняттях фізичною культурою, особливо при вирішенні завдань, які для них є складними, незручними, або недостатньо цікавими. Дієвим є також збільшення частки активних групових, індивідуальних форм навчання та самостійної пошукової діяльності майбутніх фахівців.

Модернізація післядипломної освіти вбачається, передусім у створенні в чинного фахівця зацікавленості в підвищенні рівня своєї професійної компетентності. Сприятиме цьому: врахування індивідуальних потреб фахівця, його запитів й інтересів; успішне вирішення завдання з подальшого розвитку професійних якостей; використання різноманітних, але у першу чергу інноваційних форм організації навчальних занять, засобів і методів передавання необхідної інформації. Унаслідок упровадження зазначеного виявиться можливим об'єктивно визначити сильні та слабкі сторони професійної компетентності кожного фахівця, а враховуючи їх – спроектувати і застосувати індивідуальні освітні програми, а також адекватні засоби й методи управління їх навчальним процесом.

Реалізація вищезазначених заходів забезпечить підвищення рівня професійної компетентності інструкторів із фізичної культури, вихователів у вирішенні поставлених завдань. Зокрема, діяльність інструктора повинна передбачати, крім іншого, організацію занять фізичною культурою превентивної спрямованості, формування їхнього змісту, а разом із вихователями – також реалізацію цих занять для забезпечення позитивного результату в розвитку рухової активності дітей на засадах превенції відмінного від необхідного стану такої активності. Зокрема, це стосується таких компонентів рухової активності: моторна функція в основних рухах; фізичні якості; функціональні можливості серцево-судинної, дихальної, нервово-м'язової систем й опорно-рухового апарату; знання у визначених питаннях із фізичної культури; навички реалізовувати ці знання на практиці. Щодо організації занять, то тут визначальним є визначення і подальше врахування особливостей, якими відзначаються дівчатка з різною спрямованістю рухової асиметрії рук, а також хлопчики.

Крім цього, ще одна умова для виконання інструктором фізичної культури полягає в необхідності постійно вдосконалювати цей педагогічний процес, виходячи з того, що він повинен бути гуманістичним, різнобічним із найвищою цінністю в ньому – дитиною, яка має певну спрямованість рухової асиметрії рук (праву, ліву, амбідекстрію) та пов'язаний із цим комплекс індивідуальних особливостей.

Наостанок відзначимо, що проведеною серією формувальних педагогічних експериментів [8; 9] доведено ефективність моделі використання занять з фізичної культури для розвитку рухової активності дітей у дошкільний період, що враховує розглянуті положення й умови модернізації таких занять.

Дискусія

На сучасному етапі склалася суперечність між накопиченим суспільно-історичним досвідом у сфері фізичної культури та станом його застосування у теорії і практиці дошкільної педагогіки. Наявні факти доводять необхідність модернізувати всі основи фізичної культури дітей у дошкільний період, зокрема організаційні, програмні, нормативні й пов'язані з реалізацією змісту цього педагогічного процесу. Ця позиція підтверджується значною кількістю результатів інших дослідників [5; 11; 21; 22]. При цьому, у структурі управління найпоширенішим є варіант відповідності кожного напряму певному рівню (держаному, галузевому, базовому), у змісті методичного характеру – інформація про заходи і моделі для досягнення поставленої мети на кожному виокремленому рівні.

Експериментальна перевірка стосувалася найнижчого в управлінському розумінні рівня, а саме базового, а засвідчила вона високу ефективність у вирішенні поставлених завдань. Це дає підстави рекомендувати запропоновані концептуальні положення інструкторам із фізичної культури, вихователям ЗДО задля використання у практичній діяльності. Правомірність такого висновку підтверджує інформація спеціальної літератури щодо інтерпретації результатів природничого, лабораторного чи модельного видів експерименту в аспекті використання цих результатів практично [24; 28].

Крім зазначеного, забезпечити позитивний ефект від використання запропонованої розробки можна у випадку визначення шляхів її реалізації. Так, дієвим є: активізація пропаганди фізичної культури поміж батьків, педагогічного колективу, відповідальних соціальних служб; уведення в практичну діяльність щорічного оцінювання психофізіологічного стану дитини, використовуючи розроблений нами «Паспорт психофізичного розвитку дитини у дошкільний період» [9, с. 258]. Показниками повинні бути стала, спадково зумовлена ознака (спрямованість рухової асиметрії рук), а також перенесені захворювання (не пов'язані з такими, що зумовлюють обмеження функцій дитини), розвиток моторики і морфофункціональних характеристик.

Дослідники [11; 20; 22] наголошують на необхідності використовувати персональні щоденники (паспорти) для фіксації інформації, що є важливим для оптимізації засобів і методів педагогічного впливу під час занять дітей фізичною культурою. Водночас, необхідно реалізовувати заходи, спрямовані на

підвищення престижу професії інструктора фізичної культури, вихователя ЗДО та стимулювати успішну професійну діяльність чинних таких фахівців усім різноманіттям засобів і прийомів. Дієвість зазначеного підтверджена даними чисельних досліджень. У зв'язку з цим наголошується, що мотивація відіграє одну з визначальних ролей у досягненні високого результату в будь-якій діяльності [10; 14].

З іншого боку, не менш важливим є виконання пропозиції про підвищення відповідальності керівників ЗДО за стан забезпечення занять фізичною культурою належними умовами, а також за їх якість та результативність. На думку деяких дослідників [15; 16; 25] у сучасного керівника на високому рівні повинні бути сформованими уміння керувати собою, навички вирішення проблем, спроможність здійснювати саморозвиток, а також творчий підхід і розуміння управлінської праці. Провідними особливостями є розвиток соціально-значущих цінностей, зокрема: професійної честі, підвищеної відповідальності, обов'язку, морально-етичних якостей тощо [23, с. 7].

Важливим елементом, що сприяє практичній реалізації запропонованої розробки, також є вдосконалення організації і змісту післядипломної освіти інструкторів фізичної культури, вихователів, беручи до уваги передовий, інноваційний досвід та пропонувані дослідниками [2; 18] дієві підходи до його впровадження у практику, зокрема особистісно-орієнтований, інтегративний і персоналізований. Так останній орієнтує на розвиток особистісних рис людини, але, водночас, не суперечить принципам колективізму. Він лише конкретизує поєднання особистісного вибору в педагогіці, освітніз феноменом колективістських взаємин: людина повинна жити для колективу, а колектив має сприяти її розвитку [18, с. 275]. В інтегративному підході визначальною є індивідуальність людини, що розглядається з позиції єдності організму як цілісної системи, в якій усі компоненти знаходяться в міцному взаємозв'язку і значною мірою взаємозумовлені. Щодо персоналізованого навчання, то воно доповнює перший підхід, а саме розглядає пристосовує методики (навчальні плани, навчально-методичне забезпечення тощо) до потреб і прагнень окремої людини [13; 15; 16]. Перспективним є врахування спрямованості рухової асиметрії рук дітей для оптимізації засобів і методів фізичного виховання [26; 27].

Висновки

1. Дотепер поза увагою дослідників залишалось питання модернізації фізичної культури дітей у дошкільний період, що враховує інноваційні підходи, сучасні технології і методики її організації, формування і реалізації змісту, а також практичне забезпечення такої модернізації.

2. Визначено напрями модернізації фізичної культури дітей в дошкільний період, – науково-методичний супровід цього педагогічного процесу та система державного управління. В останній передбачено комплекс заходів на державному (центральному, місцевому (місто, район) і базовому (заклад дошкільної освіти) рівнях. Перший напрям передбачає комплекси заходів для методичної складової та наукового й кадрового забезпечення фізичної культури дітей у дошкільний період.

3. Деякі із заходів методичного супроводу на базовому рівні передбачають оптимальну організацію занять фізичною культурою превентивної спрямованості, формування їх змісту і реалізацію для розвитку рухової активності дітей на засадах превенції такого стану цієї активності, що відрізняється від необхідного. Стосується це таких компонентів рухової активності: моторної функції в основних рухах, фізичних

якостей; функціональних можливостей серцево-судинної, дихальної, нервово-м'язової систем й опорно-рухового апарату; знань у визначених питаннях із фізичної культури; навичок реалізовувати ці знання на практиці. Визначальним в організації занять є реалізація інтегративного і персоналізованого підходів, що передбачають, передусім урахування особливостей, характерних для дітей із певною спрямованістю рухової асиметрії рук.

Подальші дослідження повинні передбачати експериментальну перевірку запропонованих новацій на інших рівнях, а також подальший моніторинг компонентів рухової активності у дівчаток із різною спрямованістю рухової асиметрії рук, а також хлопчиків, протягом усього періоду відвідування закладу дошкільної освіти.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Література та джерела

- Алексеев Т. Ф. Концептуальні підходи до визначення соціально-педагогічних засад виховання особистості. Теоретико-методологічні проблеми виховання дітей і учнівської молоді. 2000. Вип. 5, Кн. 1. С. 46–51.
- Бех І. Д. Виховання особистості. Київ: Либідь, 2008. 848 с.
- Білецька В. В. Теоретико-методичне обґрунтування тестування фізичної підготовленості молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту. 24.00.02. Нац. у-т фіз. виховання і спорту України. Київ, 2008. 20 с.
- Богуш А. М., Кузьменко В. У. Крок уперед — чи десять кроків назад?: коментар до «Базової програми розвитку дитини дошкільного віку «Я у світі». Освіта: Всеукр. громадсько-політичний тижневик. 2010. № 15/16. С. 6–7.
- Богуш А. М. Передшкільна освіта: знахідки, реалії, перспективи. Педагогічна і психологічна науки в Україні. 2012. Т. 3. Загальна середня освіта. С. 48.
- Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Стан вивчення проблеми, пов'язаної із забезпеченням оздоровчої спрямованості занять фізичними вправами дошкільників і учнів початкової школи. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. № 2(18). С. 104–109.
- Галаманжук Л. Л. Концепція розвитку превентивної рухової активності дітей дошкільного віку у процесі занять фізичною культурою. Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка. 2015. № 1. С. 36–43.
- Галаманжук Л. Л. Ефективність експериментальної системи в оволодінні дітьми основними рухами на мануальну вправність. Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту. 2015. № 7. С. 3–9.
- Галаманжук Л. Л. Превентивний розвиток рухової активності дітей дошкільного віку: монографія. Кам'янець-Подільський: ПП «Медобори-2006», 2015. 500 с.
- Декерс Л. Мотивація. Теорія і практика. М.: Гросс Медиа, 2007. 637 с.
- Дубогай О. Д. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. Київ: Шк. світ, 2006. 128 с.
- Єдинак Г. А., Галаманжук Л. Л. Стан розвитку функціональних можливостей і фізичних якостей у дітей дошкільного віку на сучасному етапі. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)». 2017. Випуск 5К (86)17. С. 117–121.
- Єдинак Г. Залежність адаптації до навчальної діяльності від зміни показників фізичного стану і розумової працездатності у 6-річних першокласників. Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура. 2017. Випуск 25–26. С. 108–113.
- Занюк С. С. Психологія мотивації: навч. посібник. Луцьк: Волинський держ. у-т, 2003. 123 с.
- Інноваційні педагогічні технології: теорія та практика використання у вищій школі: монографія / І. І. Доброскок, В. П. Коцур, С. О. Нікітчина [та ін.]. Переяслав-Хмельницький: Вид-во С. В. Карпук, 2008. 284 с.
- Інновації у вищій освіті: проблеми, досвід, перспективи: монографія; ред. П. Ю. Саух. Житомир Вид-во ЖДУ імені І. Франка, 2011. 443 с.
- Коробейников Г. В. Психологія організації діяльності людини: монографія. Белая Церква, 2008. 238 с.
- Кремень В. Г. Філософія людиноцентризму в стратегіях освітнього простору. Київ: Т-во «Знання» України, 2008. 421 с.
- Лясота Т. І. Підвищення адаптаційних можливостей дітей 6–7 років до умов навчання в початковій школі засобами фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту. 24.00.02. Нац. у-т фіз. вих. і спорту України. Київ, 2012. 21 с.
- Москаленко Н. В., Анастасєва З. В., Сичова Т. В., Лапшина Н. Г. Дошкільне фізичне виховання дітей: метод. посіб. Дніпропетровськ: Інновація, 2011. 143 с.
- Носко М. О. Вплив занять фізичною культурою на розвиток дітей дошкільного віку. Педагогіка, психол. та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2004. № 2. С. 67–75.
- Пангелова Н. Є. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання: автореф. дис... д-ра наук з фіз. вих. і спорту. 24.00.02. Нац. у-т фіз. вих. і спорту України. Київ, 2014. 39 с.
- Пшенична Л. В. Керівник навчального закладу: навч. посіб. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 520 с.
- Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня «Рута», 2012. 280 с.
- Щодо організації діяльності закладів освіти, що забезпечують здобуття дошкільної освіти у 2019/2020 навчальному році. Лист МОН № 1/9-419 від 02.07.19 року. – Режим доступу: <https://osvita.ua/legislation/doshkilna-osvita/65086/>
- Iedynak G., Galamandjuk L., Dutchak M., Balatska L., Herasymchuk A., Mazur V. (2017). Effectiveness of different options for teaching children basic movements due to certain handedness. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. Vol. 17(2). 582-589. doi:10.7752/jpes.2017.02088
- Galamandjuk L., Siedlaczek-Szewed A., Iedynak G., Dutchak M., Stasjuk I., Prozar M., Mazur V., Bakhmat N., Veselovska T., Kljus O., Marchuk D. (2019). Evaluation of the physiological characteristics of girls with different handedness using various types of physical training. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 19 (Supplement issue 4), 1386-1390, doi:10.7752/jpes.2019.s4201
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2011). *Research methods in physical activity*. 6th ed. Champaign, IL: Human Kinetics.

References

- Alyeksyeyenko, T. F. (2000), "Kontseptual'ni pidkhody do vyznachennya sotsial'no-pedahohichnykh zasad vykhovannya osobystosti" [Conceptual approaches to the definition of social and pedagogical principles of personality education]. *Theoretical and methodological problems of upbringing of children and student youth*. Iss. 5, Bk. 1. pp. 46–51. [in Ukraine].
- Bekh, I. D. (2008), *Vykhovannya osobystosti*. Lybid, Kyiv. [in Ukraine].
- Biletska, V. V. (2008), "Teoretyko-metodychne obgruntuvannya testuvannya fizychnoyi pidhotovlenosti molodshykh shkolyariv u protsesi fizychnoho vykhovannya" [Theoretical and methodological substantiation of testing of physical fitness of younger students in the process of physical education]: author. diss... cand. sciences in phys. education and sports. 24.00.02. National university of physical education and sport of Ukraine. Kyiv, 20 p. [in Ukraine].
- Bogush, A. M., Kuzmenko, V. V. (2010), "Krok upered – chy desyat' krokv nazad?: komentar do «Bazovoyi prohramy rozvytku dytyny doshkil'noho viku "Ya u sviti" [A step forward – or ten steps back?: commentary on the basic preschool child development program "I am in the World"]. *Education: All-Ukrainian socio-political weekly*. № 15/16. pp. 6–7. [in Ukraine].
- Bogush, A. M. (2012), "Peredshkil'na osvita: znakhidky, realiyi, perspektyvy" [Pre-school education: findings, realities, perspectives]. *Pedagogical and psychological sciences in Ukraine*, Vol. 3. General secondary education. p. 48. [in Ukraine].
- Galamanzhuk, L. L., Iedynak, G. A. (2012), "Stan vyvchennya problemy, pov'язanoj iz zabezpechennam ozdorovchoji spryamovanosti zanyat' fizychnymy vpravamy doshkil'nykiv i uchniv pochatkovoyi shkoly" [State of the study of the problem related to providing the health orientation of physical education of preschoolers and elementary school students]. *Physical Education, Sports and Health Culture in Modern Society*, N 2(18). pp. 104–109. [in Ukraine].
- Galamanzhuk, L. L. (2015), "Kontseptsija rozvytku preventyvnoyi rukhovoyi aktyvnosti ditey doshkil'noho viku u protsesi zanyat' fizychnoyu kul'turoyu" [The concept of development of preventive motor activity of preschool children in the process of physical education]. *Scientific notes of the Ternopil National Pedagogical University named after Volodymyr Hnatyuk. Series: Pedagogy*, N 1. pp. 36–43. [in Ukraine].
- Galamanzhuk, L. L. (2015), "Efektyvnist' eksperymental'noyi systemy v ovolodinni dit'my osnovnymy rukhamy na manual'nu vpravnist'" [Efficiency of the experimental system in mastering the basic movements of the children on manual skill]. *Pedagogy, psychology and biomedical problems of phys. education and sports*, N 7. pp. 3–9. [in Ukraine].
- Galamanzhuk, L. L. (2015), *Preventyvnyy rozvytok rukhovoyi aktyvnosti ditey doshkil'noho viku* [Preventive development of motor activity of preschool children]. PE Medobory-2006, Kamianets-Podilskyi. 500 p. [in Ukraine].
- Dekers, L. (2007), *Motivatsia: Teoriya i praktika* [Motivation. Theory and practice]. Grossmedia, Moskva. 637 p. [in Russia].
- Dubogay, O. D. (2006), *Fizkul'tura yak skladova zdorovya ta uspishnoho navchannya dytyny* [Physical education as a component of health and successful learning of the child]. Shk. World, Kyiv. 128 p. [in Ukraine].
- Iedynak, G. A., Galamanzhuk, L. L. (2017), "Stan rozvytku funktsional'nykh mozhlyvostey i fizychnykh yakostey u ditey doshkil'noho viku na suchasnomu etapi" [The state of development of functional abilities and physical qualities in preschool children at the present stage]. *Scientific journal of M. P. Dragomanov NPU. Series № 15. "Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)"*, Issue 5K (86) 17. pp. 117–121. [in Ukraine].
- Iedynak, G. A. (2017), "Zalezhnist' adaptatsiyi do navchal'noyi diyal'nosti vid zminy pokaznykiv fizychnoho stanu i rozumovoyi pratsezdatsnosti u 6-richnykh pershoklasnykiv" [Dependence of adaptation to educational activity on changes of indicators of physical condition and mental capacity at 6-year-old first-graders]. *Bulletin of the Carpathian University. Physical Education*, Issue 25–26. pp. 108113. [in Ukraine].
- Zanyuk, S. S. (2003), *Psykhohohiya motyvatsiyi* [Psychology of motivation]. Volyn state university, Lutsk. 123 p. [in Ukraine].
- Innovatsiyi pedahohichni tekhnolohiyi: teoriya ta praktyka vykorystannya u vyshchij shkoli* [Innovative pedagogical technologies: theory and practice of use in higher education] (2008), Ed. I. I. Dobroskok, V. P. Kotsur, S. O. Nikitchyna. Published by S. V. Karpuk, Pereyaslav-Khmelnytsky. 284 p. [in Ukraine].
- Innovatsiyi u vyshchij osviti: problemy, dosvid, perspektyvy* [Innovations in higher education: problems, experience, prospects] (2011), Ed. P. Yu. Sauh. Publishing House of . Franko State University, Zhytomyr. 443 p. [in Ukraine].
- Korobeynikov, G. V. (2008), *Psikhofziologicheskaya organizatsiya deyatel'nosti cheloveka* [Psychophysiological organization of human activity]. Bila Tserkva. 238 p. [in Russia].
- Kremien, V. G. (2008), *Filosofiya lyudynotsentryzmu v stratehiyakh osvitynoho prostoru* [Philosophy of human-centrism in strategies of educational space]. Knowledge Complex of Ukraine, Kyiv. 421 p. [in Ukraine].
- Liasota, T. I. (2012), "Pidvyshchennya adaptatsiynykh mozhlyvostey ditey 6–7 rokiv do umov navchannya v pochatkovij shkoli zasobamy fizychnoho vykhovannya" [Increasing adaptive capacity of children 6–7 years to the conditions of education in primary school by means of physical education]: diss... cand. sciences in phys. education and sports. 24.00.02. National university of physical education and sport of Ukraine. Kyiv, 21 p. [in Ukraine].
- Moskalenko, N. V., Anastasieva, Z. V., Sycheva, T. V., Lapshina, N. G. (2011), *Doshkil'ne fizyчне vykhovannya ditey* [Preschool physical education of children]. Innovation, Dnipropetrovsk. 143 p. [in Ukraine].
- Nosko, M. O. (2004), "Vplyv zanyat' fizychnoyu kul'turoyu na rozvytok ditey doshkil'noho viku" [The influence of physical education on the development of preschool children]. *Pedagogy, psych. and copper biol. prob. phys. education and sports*. N 2. pp. 67–75. [in Ukraine].
- Pangelova, N. E. (2014), "Teoretyko-metodychne zasady formuvannya harmoniyno rozvynenoyi osobystosti dytyny doshkil'noho viku u protsesi fizychnoho vykhovannya" [Theoretical and methodological foundations of forming a harmoniously developed personality of a preschool child in the process of physical education]: author... doctor sciences in phys. education and sports. 24.00.02. National university of physical education and sport of Ukraine. Kyiv, 39 p. [in Ukraine].
- Pshenichna, L. V. (2016), *Kerivnyk navchal'noho zakladu* [Head of educational institution]. A. S. Makarenko Sumy State University Press, Sumy. 520 p. [in Ukraine].
- Shiyan, B. M., Iedynak, G. A., Petryshyn, Yu. V. (2012), *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports], PE Oyum Publishing House, Kamianets-Podilsky, 280 p. [in Ukraine].
- Shchodo orhanizatsiyi diyal'nosti zakladiv osvity, shcho zabezpechuyut' zdobuttya doshkil'noyi osvity u 2019/2020 navchal'nomu rotsi. Lyst MON № 1/9-419 vid 02.07.19 roku* [Regarding the organization of activities of educational institutions providing pre-school education in the 2019/2020 academic year. Letter of the Ministry of Education and Science № 1 / 9-419 dated 02.07.19]. <https://osvita.ua/legislation/doshkilna-osvita/65086/> [in Ukraine].
- Iedynak, G., Galamandjuk, L., Dutchak, M., Balatska, L., Herasymchuk, A., Mazur, V. (2017). Effectiveness of different options for teaching children basic movements due to certain handedness. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 17(2). pp. 582–589. doi:10.7752/jpes.2017.02088
- Galamandjuk, L., Siedlaczek-Szwed, A., Iedynak, G., Dutchak, M., Stasjuk, I., Prozar, M., Mazur, V., Bakhmat, N., Veselovska, T., Kljus, O., Marchuk, D. (2019). Evaluation of the physiological characteristics of girls with different handedness using various types of physical training. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 19 (Supplement issue 4). pp. 1386-1390. doi:10.7752/jpes.2019.s4201
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2011). *Research methods in physical activity*. 6th ed. Champaign, IL: Human Kinetics.

Надійшла 15.07.2019

АНАЛІЗ ДИНАМІКИ СФОРМОВАНOSTІ КОГНІТИВНОГО КОМПОНЕНТУ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

А. Боднар, Д. Солопчук, І. Стасюк

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

кореспондент-автор – Боднар А.: bodnar.alina@kpnu.edu.ua

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.27-30

У статті проаналізовано динаміку сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти на констатувальному етапі та після завершення формувального етапу педагогічного експерименту.

Мета дослідження. Проаналізувати динаміку сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти на констатувальному етапі та після завершення формувального етапу педагогічного експерименту.

Методологія дослідження. У дослідженні приймали участь 181 майбутніх учителів фізичної культури (88 студентів у складі експериментальних груп і 93 студенти контрольних груп). До експериментальних груп входили студенти факультету фізичної культури Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (40 осіб), та студенти Чернівецького національного університету (48 осіб), а до контрольних груп – студенти Тернопільського національного педагогічного університету імені В. Гнатюка (23 особи) та Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (70 осіб). Для перевірки вірогідності відмінностей між рівнями готовності студентів експериментальних і контрольних груп нами використовувався критерій Пірсона (χ^2) який застосовують у непараметричних (якісних) вимірюваннях.

Для перевірки вірогідності відмінностей між рівнями готовності студентів експериментальних і контрольних груп нами використовувався критерій Пірсона (χ^2) який застосовують у непараметричних (якісних) вимірюваннях.

Результати роботи та ключові висновки. Аналіз результатів педагогічного експерименту засвідчив наявність позитивних змін рівня сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів, що входили до експериментальної групи порівняно з контрольною. Так, за когнітивним компонентом в експериментальній групі 94,3 % студентів досягли середнього і високого рівня готовності проти 62,5 % до початку експерименту; у контрольній групі відповідно 72 % проти 60,2 %.

Виходячи із вищезазначеного, можна констатувати, що впровадження розробленої і теоретично обґрунтованої нами технології формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів у навчально-виховний процес студентів експериментальної групи забезпечило досягнення вагомих результатів у формуванні когнітивного компоненту.

Ключові слова: когнітивний, майбутні учителі фізичної культури, підготовка, олімпійська освіта.

Вступ

Теоретична підготовка є одним із вирішальних факторів формування готовності спеціаліста в галузі фізичної культури загалом і в галузі олімпійської освіти зокрема. У межах теоретичної підготовки забезпечується збагачення майбутнього учителя знаннями, які розкривають (створюють) уявлення про олімпійську освіту, як важливий засіб формування гармонійно розвиненої особистості молодших школярів, що базуються на гуманістичних ідеалах у цінностях олімпізму; зміст олімпійської освіти; форми і

Alina Bodnar, Dmytro Solopchuk, Ivan Stasiuk. Analysis of the dynamics of formation of the cognitive component of readiness of future teachers of physical culture for the olympic education of primary pupils

Abstract. To analyze the dynamics of formation of cognitive component of future teachers of physical education for the Olympic education at the stage of formation and after the completion of the formative stage of the pedagogical experiment.

181 future teachers of physical education participated in the study (88 students in experimental groups and 93 students in control groups). The experimental groups consisted of students of the Faculty of Physical Education of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University (40 persons) and students of Chernivtsi National University (48 persons), and the control groups included students of Ternopil Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University (23 persons) and H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University (70 persons). To test the probability of differences between the levels of readiness of students in experimental and control groups, we took into consideration the Pearson (χ^2) criterion which is used in nonparametric (qualitative) measurements.

The analysis of the results of the pedagogical experiment showed positive changes in the level of formation of the cognitive component of readiness of future teachers of physical education for the Olympic education of primary schoolchildren who were part of the experimental group compared to the control group. Thus, based on the motivational cognitive in the experimental group, 94.3% of the students achieved high and average levels of readiness compared with 62.5% at the start of the experiment, while 72 % of students of the control group reached high and average levels against 60.2% at the beginning of the experiment.

Proceeding from the above-mentioned, we can state that the application of the developed and theoretically grounded technology of forming the readiness of future teachers of physical culture for the Olympic education of primary pupils into the educational process of students of the experimental group ensured the achievement of significant results in the formation of the cognitive component.

Keywords: cognitive, future physical education teachers, readiness, olympic education.

методи її використання в навчально-виховному процесі молодших школярів; особливості розвитку навчання і виховання молодших школярів.

Знання є важливим фактором формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до виконання професійної діяльності, оскільки без них не можливе розуміння умов і спрямованості майбутньої діяльності [3; 7; 10].

Для розв'язання цього завдання використовують різноманітні форми і методи роботи, центральне місце серед яких посідає пропагування і роз'яснення ідей

олімпізму, олімпійського руху під час навчального процесу в школах, ЗВО та інших навчальних закладах і в першу чергу, в межах тих навчальних дисциплін, що безпосередньо пов'язані з галуззю фізичної культури і спорту. Багато учених і спеціалістів [1; 4; 6; 8] вважають, що для підвищення ефективності роботи з формування знань у галузі олімпізму та олімпійського руху, вона повинна здійснюватися не тільки на навчальних заняттях, безпосередньо пов'язаних з галуззю фізичної культури і спорту, але і в рамках інших навчальних дисциплін, особливо гуманітарних.

Засвоєння когнітивного компоненту в єдності з практичними вміннями і навичками складає освітній зміст готовності майбутнього учителя фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів. Однак традиційна педагогіка, яка орієнтована на досягнення певного стандарту знань, найчастіше призводить до того, що людина стає не здатною розуміти нове (що відхиляється від звичних пояснень). Саме тому засвоєння педагогом когнітивного компоненту повинно поєднуватися зі створенням умов для стимуляції пізнавальної активності, оволодіння методами пошуку і використання потрібної інформації, а також методами аналізу дій на основі осмисленого відношення до олімпійської освіти молодших школярів [2; 5; 9].

Мета дослідження: Проаналізувати динаміку сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти на констатувальному етапі та після завершення формувального етапу педагогічного експерименту.

Матеріал і методи дослідження

З метою визначення у студентів рівнів готовності до олімпійської освіти молодших школярів було розроблено діагностичний пакет. Відповідно до цього з представниками контрольних та експериментальних груп під час констатувального та формувального експерименту було проведено письмове опитування та письмове тестування студентів.

До експерименту було залучено 181 майбутніх учителів фізичної культури (88 студентів у складі експериментальних груп і 93 студенти контрольних груп). До експериментальних груп входили студенти факультету фізичної культури Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (40 осіб), та студенти Чернівецького національного університету (48 осіб), а до контрольних груп – студенти Тернопільського національного педагогічного університету імені В. Гнатюка (23 особи) та Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (70 осіб).

Реалізація педагогічних умов формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів супроводжувалося педагогічним моніторингом, в процесі якого був розроблений діагностичний інструментарій для дослідження

динаміки формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів.

З метою кількісної оцінки якісних показників, що були одержані в процесі вимірювання готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів були використані методи математичної статистики. Через обробку даних, їх графічне зображення ми опрацювали результати одержані в процесі проведення педагогічного експерименту та перевірили їх вірогідність (достовірність). До початку педагогічного експерименту необхідно було провести початковий діагностичний зріз, що передбачав вимірювання вихідного рівня готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів у студентів експериментальної і контрольної груп для подальшого дослідження динаміки.

Для визначення ефективності експериментальної динаміки на початку і в кінці дослідження була оцінена статистична вірогідність (достовірність) різниці у сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури експериментальних і контрольних груп до олімпійської освіти молодших школярів.

Для перевірки вірогідності відмінностей між рівнями готовності студентів експериментальних і контрольних груп нами використовувався критерій Пірсона (χ^2) який застосовують у непараметричних (якісних) вимірюваннях.

Для розрахунку вірогідності відмінностей результати, одержані в обох групах, розподілялися в багатопільну таблицю. Рівень готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів вимірювався за трьома рівнями: високий, середній, низький.

Результати дослідження

У таблиці 1 зазначені показники рівнів сформованості готовності майбутніх учителів майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів за когнітивним компонентом на констатувальному етапі педагогічного експерименту.

Дані, що подані у таблиці 1 свідчать про те, що до початку проведення педагогічного експерименту статистично значимих (достовірних) відмінностей між показниками когнітивного компоненту готовності студентів експериментальних і контрольних груп немає $\chi^2_{\text{отримане}} < \chi^2_{\text{критичне}} (0,34 < 6,0)$.

Як засвідчили результати діагностики до початку експериментальної роботи, початковий стан готовності студентів експериментальної і контрольної груп до олімпійської освіти молодших школярів в аспекті теоретичних знань можна вважати, як задовільний. Більшість досліджуваних експериментальних і контрольних груп мають низький і середній рівень.

Показники сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів (констатувальний експеримент)

Рівні сформованості	Експериментальна група, 88 осіб			Контрольна група, 93 особи			$\chi^2_{отримане} < \chi^2_{критичне}$
	Кількість досліджуваних (n – осіб)	Сума набраних балів	%	Кількість досліджуваних (n – осіб)	Сума набраних балів	%	
Низький	33	0–18	37,5	37	0–18	39,8	0,34 < 6,0
Середній	41	19–24	46,6	44	19–24	47,3	
Високий	14	25–30	15,9	12	25–30	12,9	

П р и м і т к а . $\chi^2_{отримане} < \chi^2_{критичне}$ – вірогідність між показниками сформованості когнітивного компоненту готовності досліджуваних груп

У експериментальній групі 37,5 % студентів мають низький рівень сформованості знань, 46,6 % – середній, 15,9 % – високий; у контрольній групі 39,8 % досліджуваних мають низький рівень, 47,3 % – середній, 12,9 % – високий рівень. Причиною цього є те, що констатувальний етап експерименту проводився на початку 1-го курсу.

Загалом, виявлені у процесі констатувального експерименту рівні сформованості готовності студентів експериментальної у контрольної груп до олімпійської освіти молодших школярів дали підставу для розробки технології формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів та впровадження її у навчально-виховний процес студентів факультетів фізичної культури ЗВО.

З цією метою було проведено формувальний етап експерименту. Після проведення експериментальної роботи були проведені зрізи аналогічні тим, що проводились під час констатувального етапу експерименту.

Аналіз результатів дослідження динаміки когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших

школярів засвідчив, що між показниками студентів експериментальних і контрольних груп існує статистично значима (достовірна) відмінність $\chi^2_{отримане} > \chi^2_{критичне}$ (32,0 > 6,0).

В експериментальній групі низький рівень на початку констатувального експерименту склав 37,5 %, після завершення формувального етапу 5,7 %, середній відповідно – 46,6 % і 35,2 %, високий рівень – 15,9 % до експерименту і 59,1 % після експерименту від загальної кількості досліджуваних. У контрольній групі низький рівень до початку проведення педагогічного експерименту складав 39,8 %, після 28 %, середній рівень відповідно – 47,3 і 51,6, високий рівень 12,9 % і 20,4 %.

У контрольній групі також спостерігається позитивна динаміка, але вірогідних відмінностей між фоновими показниками після експерименту не спостерігається.

Розглянемо динаміку рівнів сформованості готовності студентів експериментальної групи до олімпійської освіти молодших школярів за когнітивним компонентом (табл. 2).

Таблиця 2

Показники сформованості готовності студентів експериментальної групи до олімпійської освіти молодших школярів за когнітивним компонентом

Рівні сформованості	Етапи педагогічного експерименту				$\chi^2_{отримане} > \chi^2_{критичне}$
	констатувальний		контрольний		
	Абсолютна кількість студентів (n-осіб)	Відносна кількість студентів %	Абсолютна кількість студентів (n-осіб)	Відносна кількість студентів %	
Низький	33	37,5	5	5,7	44,8 > 6,0
Середній	41	46,6	31	35,2	
Високий	14	15,9	52	59,1	

П р и м і т к а . $\chi^2_{отримане} > \chi^2_{критичне}$ – достовірні зміни між показниками на констатувальному і контрольному етапі експерименту

Результати аналізу даних вказують на те, що між показниками сформованості когнітивного компоненту готовності студентів експериментальної групи констатувального і контрольного етапів існує вірогідна відмінність $\chi^2_{отримане} > \chi^2_{критичне}$ (44,8 > 6,0).

Доцільно буде також розглянути динаміку рівнів сформованості готовності студентів контрольної групи до олімпійської освіти молодших школярів за когнітивним компонентом (табл. 3).

Показники сформованості готовності студентів контрольної групи до олімпійської освіти молодших школярів за когнітивним компонентом

Рівні сформованості	Етапи педагогічного експерименту				$\chi^2_{отримане} < \chi^2_{критичне}$
	констатувальний		контрольний		
	Абсолютна кількість студентів (n-осіб)	Відносна кількість студентів %	Абсолютна кількість студентів (n-осіб)	Відносна кількість студентів %	
Низький	37	39,8	26	28	2,3 < 6,0
Середній	44	47,3	48	51,6	
Високий	12	12,9	19	20,4	

Примітка. $\chi^2_{отримане} > \chi^2_{критичне}$ – достовірні зміни між показниками на констатувальному і контрольному етапі експерименту

Результати аналізу одержаних даних свідчать, що у контрольній групі показники сформованості готовності студентів до олімпійської освіти молодших школярів за когнітивним компонентом має позитивну динаміку, але вірогідних відмінностей між показниками констатувального та контрольного етапів немає $\chi^2_{отримане} < \chi^2_{критичне}$ (2,3 < 6,0)

Дискусія

Результати дослідження підтвердили дані інших авторів [3; 4; 5; 8; 10] про те, що система знань в галузі олімпізму і олімпійського руху є невід’ємною частиною готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти школярів. Це призводить до кращих результатів у формуванні умінь, навичок і мотивації при реалізації олімпійської освіти в загальноосвітніх навчальних закладах. В процесі формування у майбутніх учителів фізичної культури системи знань в галузі олімпійської освіти необхідно враховувати теоретичний

матеріал з олімпійської освіти який входить в зміст діючих навчальних програм для учнів загальноосвітніх навчальних закладів 1–4, 5–11 класів.

Висновки

Таким чином, підсумковий аналіз і узагальнення результатів педагогічного експерименту підтвердив наявність позитивних змін рівня сформованості когнітивного компоненту готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів, що входили до експериментальної групи порівняно з контрольною.

За когнітивним компонентом в експериментальній групі 94,3 % студентів досягли середнього і високого рівня готовності проти 62,5 % до початку експерименту; у контрольній групі відповідно 72 % проти 60,2 %.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Література та джерела

- Боднар А. О. Структура готовності майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів. Науковий вісник Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Педагогіка і психологія: зб. наук. пр. Чернівці: Чернівецький національний університет, 2015. Вип. 767. С. 25–30.
- Боднар А.О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів: автореф. дис...канд..пед. наук: 13.00.04. Хмельницький нац. ун-т. Хмельницький, 2016. 23 с.
- Ермолова В. М. Олімпійська освіта в школі. Київ, 2009. – 85 с.
- Ермолова В. М. Олімпійська освіта: теорія і практика: навч. посіб. Київ, 2011. 335 с.
- Олімпійська освіта: метод. рекоменд. [за ред. М. М. Булавої]. Київ : Знання, 2002. 38 с.
- Поликарпова Г. М. Олимпийское образование и воспитание, как предмет педагогического исследования: дис. ... доктора пед наук : 13.00.01. Москва, 2003. 414 с.
- Рагозина Г. А. Сравнительный анализ современных программ олимпийского образования. VII Международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех». Т. 1. Москва: РГУФК, 2003. 368 с.
- Сергеев В. Н. Олимпийское образование: конкретные цели и задачи. Междунар. Форум «Молодежь – Наука – Олимпизм». Москва: Сов. Спорт, 1988. С. 217–218.
- Солопчук М. С., Боднар А.О. Олімпійська освіта: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. 176 с.
- Столяров В. И. Концепция олимпийского образования (многолетний опыт разработки и внедрения в практику). Наука в олимпийском спорте. 2007. № 2. С. 30–35.

References

- Bodnar A. O. Struktura hotovnosti maibutnih uchyteliv fizychnoi kultury do olimpiiskoi osvity molodshykh shkoliariv. Naukovyi visnyk Chernivetskoho natsionalnoho universytetu imeni Yurii Fedkovycha. Pedahohika i psykholohiia: zb. nauk. pr. Chernivtsi: Chernivetskyi natsionalnyi universytet, 2015. Vyp. 767. S. 25–30.
- Bodnar A.O. Pidhotovka maibutnih uchyteliv fizychnoi kultury do olimpiiskoi osvity molodshykh shkoliariv: avtoref. dys...kand..ped. nauk: 13.00.04. Khmelnytskyi nats. un-t. Khmelnytskyi, 2016. 23 s.
- Iermolova V. M. Olimpiiska osvita v shkoli. Kyiv, 2009. – 85 s.
- Yermolova V. M. Olimpiiska osvita: teoriia i praktyka: navch. posib. Kyiv, 2011. 335 s.
- Olimpiiska osvita: metod. rekomend. [za red. M. M. Bulaovoi]. Kyiv : Znannia, 2002. 38 s.
- Polikarpova G. M. Olimpiyskoye obrazovaniye i vospitaniye. kak predmet pedagogicheskogo issledovaniya: dis. ... doktora ped nauk : 13.00.01. Moskva. 2003. 414 s.
- Ragozina G. A. Sravnitelnyy analiz sovremennykh programm olimpiyskogo obrazovaniya. VII Mezhdunarodnyy nauchnyy kongres «Sovremennyy olimpiyskiy sport i sport dlya vseh». T. 1. Moskva: RGUFK. 2003. 368 s.
- Sergeyev V. N. Olimpiyskoye obrazovaniye: konkretnyye tseli i zadachi. Mezhdunar. Forum «Molodezh – Nauka – Olimpizm». Moskva: Sov. Sport. 1988. S. 217–218.
- Solopchuk M. S., Bodnar A.O. Olimpiiska osvita: navchalno-metodychnyi posibnyk. Kamianets-Podilskyi: Kamianets-Podilskyi natsionalnyi universytet imeni Ivana Ohienka, 2013. 176 s.
- Stolyarov V. I. Kontseptsiya olimpiyskogo obrazovaniya (mnogoletniy opyt razrabotki i vnedreniya v praktiku). Nauka v olimpiyskom sporte. 2007. № 2. S. 30–35.

ДИНАМІКА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПОКАЗНИКІВ СТУДЕНТІВ НАЯВНИХ СОМАТОТИПІВ ІЗ РІЗНОЮ СПОРТИВНОЮ СПЕЦІАЛІЗАЦІЄЮ

А. Заїкін, В. Воронетський, С. Рябцев

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

кореспондент-автор – Заїкін А.: kaf_fiz_reabil@kpnpu.edu.ua

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.31-35

У статті розкриваються особливості вікової динаміки компонентів фізичної підготовленості, фізичного розвитку та психофізіологічних параметрів спортсменів різної спортивної спеціалізації та соматотипу. Під час виконання експерименту провели теоретичний аналіз літературних даних з досліджуваної теми, педагогічне спостереження моторики обстежуваних, тестування щодо обсягу їх слухової, зорової, моторно-слухової і комбінованої пам'яті. За допомогою опитувальника визначили стан нервових процесів у спортсменів, а їх соматотип – за схемою М.В. Черноручького. Рівень розвитку фізичних якостей оцінювали за результатами виконання державних тестів. У процесі наших досліджень методом тестування визначено тип вищої нервової діяльності (темперамент) за станом основних властивостей нервової системи: силою, врівноваженістю і рухливістю процесів збудження і гальмування. В умовах нашого експерименту психоемоційний стан обстежуваних оцінювали за показниками обсягу різних типів пам'яті і темпераменту. Пам'ять людини зберігає більше знань, ніж вона здатна відтворити. Підтвердженням цього є відтворення значно більшої кількості інформації в гіпнотичному стані. Покращення пам'яті і підвищення ефективності запам'ятовування в процесі навчання і професійній діяльності спортсмена залежить від раціональної організації процесу навчання і тренування.

У процесі наших досліджень методом тестування визначено тип вищої нервової діяльності (темперамент) за станом основних властивостей нервової системи: силою, врівноваженістю і рухливістю процесів збудження і гальмування.

Ключові слова: рухові здібності, спортсмени, студенти, соматотип, пам'ять, темперамент, фізична підготовленість.

Zaikin A., Voronetskyi V., Ryabcev S. The dynamics of morpho-functional indicators of students of different sports specialization and body constitution

Abstract. The paper reveals age dynamics peculiarities of physical preparedness, physical development and psychophysiological parameters of athletes of different sports specialization and somatotype. During the experiment, a theoretical analysis of the literature, the pedagogical observation of the motility of examined persons, and the testing of their auditory, visual, motor-auditory and combined memory were conducted. The questionnaire determined the state of the nervous processes in athletes, and their somatotype (according to the scheme of M. V. Chernorutskyi). The level of physical qualities development was assessed on the basis of the state tests results. In the process of our research, the method of testing determined the type of higher nervous activity (temperament) by the state of basic properties of the nervous system: strength, balance and mobility of processes of excitation and inhibition.

In the conditions of our experiment, the psycho-emotional state of the examined persons was evaluated by indicators of the volume of different memory and temperament types. Human memory keeps more knowledge than it can reproduce. Confirmation of this is the reproduction of much more information in a hypnotic state. Improvement of memory and increase of memorization efficiency during the process of training and professional activity of athletes depends on the rational studying and training. In the process of our research, the method of testing determined the type of higher nervous activity (temperament) by the state of basic properties of the nervous system: strength, balance and mobility of processes of excitation and inhibition.

Key words: motor abilities, athletes, students, somatotype, memory, temperament, physical preparedness.

Вступ

Система фізичного виховання студентської молоді передбачає реалізацію ряду актуальних завдань, серед яких оздоровлення учнівської молоді та підготовка їх до активної і тривалої життєдіяльності є одним з найголовніших. Перед фахівцем з фізичного виховання постає завдання розуміння своїх функцій щодо виховання перш за все здорової особистості з високими моральними і духовними принципами. Ідеї модернізації фізичного виховання мають на меті активізувати особистість на основі врахування єдності біологічного, психічного і соціального.

Практика доводить, що психолого-педагогічні і психолого-фізіологічні теоретичні поняття, розроблені К. К. Платоновим далеко не повною мірою використовуються в процесі вирішення навчально-методичних проблем фізичного виховання [2; 3].

Процес управління руховою активністю полягає в пошуку та визначенні оптимального співвідношення між педагогічним впливом і руховими можливостями

тих, хто займається фізичними вправами. Для успішного виконання моторних дій необхідна велика концентрація уваги, мислення, пам'яті. Досліджуючи індивідуально-типологічні властивості вищої нервової системи студентів з різним рівнем спортивної кваліфікації М. В. Макаренко встановив, що між рівнем рухової активності і властивостями нервових процесів існує прямий зв'язок. Водночас, дані інших дослідників стверджують, що рухові параметри людини насамперед зумовлені її соматотипом [1; 6].

Виходячи з вищезазначеного, питання взаємозалежності фізичної підготовленості, соматотипу і психофізіологічних параметрів організму студентів різної спортивної спеціалізації, нам видались актуальними для дослідження.

Матеріал і методи дослідження

Метадослідження полягала у вивченні особливостей вікової динаміки фізичної підготовленості, фізичного розвитку та психоемоційної сфери різної спортивної спеціалізації та соматотипу.

Об'єктом дослідження був процес розвитку рухових здібностей та обсягу різних типів пам'яті у студентів-спортсменів різних соматотипів та типів ВНД.

Завдання дослідження:

1. Дослідити динаміку компонентів фізичної підготовленості і фізичного розвитку студентів перших-третьох курсів факультету фізичної культури в умовах трьохрічної активної рухової діяльності.

2. Експериментально виявити співвідношення обсягу різних типів пам'яті у студентів різного соматотипу та темпераменту.

3. З'ясувати індивідуальні особливості різних типів ВНД у спортсменів, що займаються різними видами спорту.

У процесі організації досліджень ми керувались принципом єдності свідомості і рухової діяльності, який дозволяє розглядати фізичну і психологічну сторони рухових дій як ціле. Під час виконання експерименту провели теоретичний аналіз літературних даних з досліджуваної теми, педагогічне спостереження моторики обстежуваних, тестування щодо обсягу їх слухової, зорової, моторно-слухової і комбінованої пам'яті. За допомогою опитувальника визначили стан нервових процесів у спортсменів, а їхні соматотипи – за схемою М. В. Черноруцького. Рівень розвитку фізичних якостей оцінювали за результатами виконання державних тестів. В експерименті брали участь по 50 студентів з першого, другого і третього курсів факультету фізичної культури вузу. Спортсмени другого курсу були поділені на групи відповідно різної спортивної спеціалізації: футболісти, борці, легкоатлети, гімнасти, настільний теніс. В кожній групі було по 9 спортсменів.

Користуючись методом відтворення інформації за формулою, розраховували коефіцієнт слухової, зорової, моторно-слухової і комбінованої пам'яті спортсменів [5]. Позитивні відповіді на чотири групи запитань засвідчили ступінь виразності холеричного, сангвінічного, флегматичного і меланхолічного темпераментів. Домінуючим вважається темперамент, якщо відносний результат кількості позитивних відповідей за даним типом нервової системи складає більше 39 %.

Результати дослідження

Аналіз вікових особливостей динаміки розвитку компонентів фізичної підготовленості студентів здійснено за результатами тестування швидкості, швидкісної витривалості, сили, гнучкості та швидкісно-силових здібностей. Результати стрибка у довжину з місця студентів 1-3 курсів свідчать про незначний приріст показників, які вказують на швидкісно-силові здібності майбутніх фахівців з фізичного виховання. Зокрема, приріст результатів у третьокурсників порівняно з першокурсниками становить 6,2 %.

Динаміка показників нахилу тулуба вперед, які характеризують рухливість суглобів спортсменів, свідчить про позитивний характер. Водночас стандартне відхилення в усіх випадках дорівнює близько 40 % середнього результату. Це дає підставу стверджувати неоднорідність показників стану розвитку гнучкості протягом трьох років. Вікові особливості швидкісних здібностей аналізувались за результатами бігу на 30 м. Слід зазначити, що студенти показали ідентичність приросту результатів, які на другому курсі становлять 0,1 с, на третьому курсі – 0,2 с, а стандартне відхилення в усіх випадках не перевищує 9 %.

Стан розвитку швидкісної витривалості судили за результатами подолання 300-метрової дистанції. Дані обстежень свідчать про наявність негативної динаміки. Результат подолання вищезгаданої дистанції погіршується на $2,9 \text{ м}\cdot\text{хв}^{-1}$, у другокурсників, а третьокурсники втрачають ще $0,4 \text{ м}\cdot\text{хв}^{-1}$ середнього значення. Аналіз отриманих результатів щодо розвитку спритності свідчить про наявність позитивної динаміки в усіх випадках, а коливання різниці темпів приросту становить 0,25 м при майже однаковій однорідності контингенту. Результати станової динамометрії, що характеризують силові здібності, свідчать про наявність вікової динаміки змішаного характеру, причому приріст вищезгаданих показників на другому курсі значно перевищує їх спад на третьому курсі.

Аналізуючи вікові особливості розвитку швидкісної витривалості та сили, показники яких мають динаміку змішаного характеру, необхідно зазначити, що у період активного зростання м'язів у ширину на першому і другому курсах спостерігається покращення результатів динамометрії та збільшення часу подолання 300-метрової дистанції. Разом з тим стабілізація показників стану розвитку швидкісної витривалості на III курсі супроводжується послабленням силових здібностей, що може свідчити про перерозподіл енергоресурсів, спрямованих на вдосконалення організму та наявність сенситивних періодів.

Враховуючи, що вдосконалення фізичних здібностей впливає на деякі компоненти фізичного розвитку, впровадження нами медико-біологічних методів дозволило дослідити динамічність основних антропометричних показників майбутніх фахівців з фізичного виховання впродовж навчання у вузі.

Результати фізичного розвитку студентської молоді свідчать про більш швидке збільшення маси тіла під час активного розвитку силових здібностей, а показник обхвату грудної клітки у стані спокою має більш яскраву позитивну динаміку на III курсі, що збігається з закінченням періоду, несприятливого для вдосконалення швидкісної витривалості.

Отже, нарощування маси тіла супроводжується активним розвитком м'язової системи, а покращення функцій дихальної та серцево-судинної систем викликає відповідні реакції до збільшення обхвату грудної клітки.

Ефективність будь-якої різновидності людської діяльності визначається поєднанням двох видів здібностей: психічних (розумових) і фізичних (біологічних та рухових) [7]. Психічні і фізичні здібності людини не проявляються в дії ізольовано, а мають розглядатися у взаємозв'язку як система. Психіка є властивістю мозку, а психічна діяльність здійснюється за допомогою фізіологічних механізмів нервової системи. Динаміка психіки актуалізується моторикою.

Про відмінність людей за їх психічним станом писав ще в IV ст. до н.е. знаменитий лікар стародавньої Греції Гіппократ. В основу класифікації типів вищої нервової діяльності покладені відмінності основних властивостей нервових процесів збудження і гальмування [5].

В умовах нашого експерименту психоемоційний стан обстежуваних оцінювали за показниками обсягу різних типів пам'яті і темпераменту. Пам'ять людини зберігає більше знань, ніж вона здатна відтворити. Підтвердженням цього є відтворення значно більшої кількості інформації в гіпнотичному стані. Покращення пам'яті і підвищення ефективності запам'ятовування в процесі навчання і професійній діяльності спортсмена залежить від раціональної організації процесу навчання і тренування.

Фіксація слідів пам'яті тим міцніша, чим більша мотивація до даного виду діяльності. Німецький фізіолог Глісс вважає, що перенавантаження пам'яті не збільшує її, а навпаки, зменшує запам'ятовування – це активний творчий процес. Він вимагає не лише настрою, натхнення, наявності достатньої мотивації, а й вольової установки [3].

В залежності від аналізаторів, через які в центральну нервову систему надходить початкова інформація, розрізняють зорову, слухову, нюхову, тактильну, рухову та інші типи сенсорної пам'яті.

Запам'ятовування нової інформації тим ефективніше, чим більше органів чуттів беруть участь у сприйнятті нової інформації. У людей фізичної праці і спортсменів добре розвинена рухова пам'ять.

Рухова пам'ять полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною своїх рухів. Велике значення цього виду пам'яті пояснюється тим, що вона служить основою для формування рухових навичок спортсмена.

В умовах нашого експерименту методом відтворення інформації визначався обсяг різних типів пам'яті у студентів різної спортивної спеціалізації. Виявилось, що у футболістів найкраще розвинена ком-

бінована пам'ять (79 %). Обсяг зорової і моторно-слухової пам'яті коливається в межах 52–57 % відповідно. Показники розвитку обсягу пам'яті у спортсменів, що займаються боротьбою наступні: комбінована пам'ять – 90 %, слухова і зорова на рівні 70–71 %, а обсяг моторно-слухової становить 60 %. У легкоатлетів спостерігається більш-менш рівномірний розвиток усіх видів пам'яті: коефіцієнт слухової складає 72 %, коефіцієнт зорової, моторно-слухової і комбінованої в межах 60–66 %. Спортсмени-гімнасти характеризуються добре розвинутою слуховою і зоровою пам'яттю: показники складають 85,6 % і 79 % відповідно, а моторно-слухова і комбінована – на рівні 60 %.

Виходячи з даних літератури про одночасність розвитку фізичних і психічних здібностей паралельно з типами пам'яті, ми визначали і тип конституції тіла у студентів другого курсу.

Згідно отриманих даних, серед студентів-спортсменів, що займаються спортивною гімнастикою, 70 % характеризуються доліхоморфним типом будови тіла. Футболісти не є однорідним типом конституції. Брахіморфний тип складає 20 %, мезоморфний – 50 % і 30 % доліхоморфний соматотип.

Легкоатлети діляться майже нарівно між брахіморфією і мезоморфією. Конституціональні особливості створюють певні передумови для виконання фізичних вправ і мають враховуватися в практичній діяльності фахівців з фізичного виховання під час спортивної орієнтації та індивідуалізації спортивного тренування. Але при цьому слід допускати певну корекцію конституційних типів в процесі індивідуального розвитку.

Ще в 19 сторіччі сформувалась концепція згідно якої передбачався зв'язок статури тіла і темпераменту. Антропологи звернули увагу на значні розходження в будові тіла, а психіатри наголошували на індивідуальних розходженнях у схильності людей до психічних захворювань [2; 3]. Так Е. Г. Мартиросов відзначає, що рухові вправи мають великі можливості для розвитку психічних процесів, сприйняття, пам'яті, уяви, мислення, які визначають рівень пізнавальної діяльності дітей.

Проте у науково-методичній літературі бракує даних щодо визначення динаміки взаємозв'язків психофізіологічних параметрів, які визначають пізнавальну активність і фізичний стан дітей. Експериментальні дані В. С. Лизогуба вказують на залежність успішної діяльності спортсменів високого класу від ряду властивостей нервової системи і темпераменту. Сила нервових процесів обумовлює високу працездатність, що є обов'язковим компонентом загальної діяльності спортсмена [5–7].

У процесі наших досліджень методом тестування визначено тип вищої нервової діяльності (темперамент) за станом основних властивостей нервової системи: силою, врівноваженістю і рухливістю процесів збудження і гальмування. Аналіз експерименту переконує, що для футболістів більш характерний холеричний і сангвінічний тип нервової системи. Легкоатлети, як борці, діляться приблизно порівно між холеричним, сангвінічним і флегматичним типом ВНД з незначною перевагою сангвінічного типу. У всіх видах спорту найменший відсоток спортсменів меланхолічного типу темпераменту.

Дискусія

Процес управління руховою активністю полягає в пошуку та визначенні оптимального співвідношення між педагогічним впливом і руховими можливостями тих, хто займається фізичними вправами. Для успішного виконання моторних дій необхідна велика концентрація уваги, мислення, пам'яті. Досліджуючи індивідуально-типологічні властивості вищої нервової системи студентів з різним рівнем спортивної кваліфікації М. В. Макаренко відзначив, що між рівнем рухової активності і властивостями нервових процесів існує прямий зв'язок. Водночас, дані інших дослідників стверджують, що рухові параметри людини насамперед зумовлені її соматотипом [1; 6]. У зв'язку з цим питання взаємозалежності фізичної підготовленості, соматотипу і психофізіологічних параметрів організму студентів різної спортивної спеціалізації є актуальними.

Аналізуючи вікові особливості розвитку швидкісної витривалості та сили, показники яких мають динаміку змішаного характеру, необхідно зазначити, що у період активного зростання м'язів у ширину на першому і другому курсах спостерігається покращення результатів динамометрії та збільшення часу подолання 300-метрової дистанції. Разом з тим стабілізація показників стану розвитку швидкісної витривалості на III курсі супроводжується послабленням силових здібностей, що може свідчити про перерозподіл енергоресурсів, спрямованих на вдосконалення організму та наявність сенситивних періодів.

Враховуючи, що вдосконалення фізичних здібностей впливає на деякі компоненти фізичного розвитку, впровадження нами медико-біологічних методів дозволило дослідити динамічність основних антропометричних показників майбутніх фахівців з фізичного виховання впродовж навчання у вузі.

Ефективність будь-якої різновидності людської діяльності визначається поєднанням двох видів здібностей: психічних (розумових) і фізичних (біологічних та рухових) [7]. Психічні і фізичні здібності людини не

проявляються в дії ізольовано, а мають розглядатися у взаємозв'язку як система. Психіка є властивістю мозку, а психічна діяльність здійснюється за допомогою фізіологічних механізмів нервової системи. Динаміка психіки актуалізується моторикою.

В умовах нашого експерименту психоемоційний стан обстежуваних оцінювали за показниками обсягу різних типів пам'яті і темпераменту. Пам'ять людини зберігає більше знань, ніж вона здатна відтворити. Підтвердженням цього є відтворення значно більшої кількості інформації в гіпнотичному стані. Покращення пам'яті і підвищення ефективності запам'ятовування в процесі навчання і професійній діяльності спортсмена залежить від раціональної організації процесу навчання і тренування. Фізичні вправи мають великі можливості для розвитку психічних процесів, сприйняття, пам'яті, уваги, мислення, які визначають рівень пізнавальної діяльності дітей [2; 3].

Висновки

1. Експериментальні дані свідчать про динаміку розвитку компонентів фізичної підготовленості студентів факультету фізичної культури протягом трьох років навчання у вузі. Зокрема, спостерігається незначне збільшення показників швидкісно-силових здібностей у третьокурсників, рухливості суглобів майбутніх фахівців з фізичного виховання свідчать про позитивний характер, швидкісні здібності студентського контингенту другокурсників і третьокурсників збільшуються порівняно зі студентами першого курсу відповідно на 0,1 с, 0,2 с. Стан розвитку швидкісної витривалості свідчить про наявність негативної динаміки: показники третьокурсників погіршуються порівняно з першокурсниками на $3,1 \text{ м} \cdot \text{хв}^{-1}$.

2. Застосування медико-біологічних методів в процесі експерименту дозволило дослідити динамічність основних морфологічних показників студентів. Швидке збільшення маси тіла у третьокурсників узгоджується з активним розвитком силових здібностей, а позитивна динаміка показників обхвату грудної клітки збігається з закінченням періоду несприятливого для вдосконалення швидкісної витривалості.

3. Успішне виконання рухових дій потребує великої концентрації уваги, мислення, пам'яті. Спортсмен, який привертає в процес виконання рухової дії більший обсяг різноманітних типів пам'яті, що є основою формування навичок, здатний досягати значних спортивних результатів. У футболістів найкраще розвинена комбінована пам'ять (80 %), обсяг зорової і моторно-слухової в межах 62%–70 %. Борці в рівній мірі активізують слухову і зорову (70 %) пам'ять, але найвищим обсягом відзначається комбінована (90 %).

Легкоатлети найкраще володіють слуховою пам'яттю, інші види пам'яті розвинені у рівних пропорціях.

4. Поведінка спортсмена в процесі виконання рухових дій, особливо під час змагань, в значній мірі залежить від типу вищої нервової діяльності. Кожен вид спорту висуває до організму спортсмена вимоги різного характеру. Результативність рухової активності спортсмена залежить як від його рухових здібностей так і від володіння тренером знань психічних і фізичних можливостей особи. Обсяг рухової пам'яті, тип

конституції тіла, особливості темпераменту спортсмена є передумовою вибору індивідуальних методів і засобів тренувального процесу.

Подальші дослідження необхідно спрямувати на вивчення змін у показниках інших фізичних якостей учнів із різними соматотипами в умовах дитячо-юнацької спортивної школи.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Завалишена Д. Н. Психологическая структура способностей. Развитие и диагностика способностей. Киев, 1991. С. 102–112.
2. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Київ: Олімп. л-ра, 2011. 317 с.
3. Лизогуб В. С., Черненко Н. П., Бібик О. В. Сенсомоторна реактивність та зорові подразники різного виду та складності. Вісник Черкас.ун-ту. 2002. Вип. 39. С. 88–97.
4. Макаренко М. В. Методика проведення обстежень та оцінки індивідуальних нейродинамічних властивостей вищої нервової діяльності людини. Фізіол. журн. 2009. № 4. С.125–131.
5. Мартиросов Э. Г. Морфологические проблемы спортивного отбора. М.: ФиС, 1998. 137 с.
6. Фурман Ю.М. Завдання до лабораторних робіт зі спортивної медицини: навчально-методичний посібник. Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2007. 56 с.
7. Цюкало Л. Зміна показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості школярів в процесі занять з фізичного виховання у позаурочний час. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт». Вип. 6 (62) 15. С. 80–83.
8. Щепотіна Н. Дослідження взаємозв'язку морфо-функціональних показників волейболісток з рівнем їх фізичної підготовленості. Фізична культура, спорт і здоров'я нації. 2013. Вип. 15. С. 78–84.

References

1. Zavalysheva D. N. (1991), *Psyhologhicheskaia struktura sposobnostei. Razvitiie i diahnozyka sposobnostei* [Psychological structure of abilities. Development and diagnosis of abilities]. P.102–112. [in Russia].
2. Krutsevych T. Y., Vorobiov M. I., Bezverkhnia H. V. (2011), *Kontrol u fizychnomu vykhovanni ditei, pidlitkiv i molodi* [Control in the physical education of children, adolescents and young people]. 317 p. [in Ukraine].
3. Lyzohub V. S., Chernenko N. P., Bibik O. V. (2002), *Sensomotorna reaktivnist ta zorovi podraznyky riznoho vydu ta skladnosti* [Sensomotor reactivity and visual stimuli of various types and complexities]. Visnyk Cherkas.un-tu. V. 39. P.88–97. [in Ukraine].
4. Makarenko M. V. (2009), *Metodyka provedennia obstezhen ta otsinky indyvidualnykh neirodynamichnykh vlastyvostei vyshchoi nervovoi diialnosti liudyny* [Methods of conducting examinations and evaluation of individual neurodynamic properties of higher nervous activity of a person]. Fiziol. zhurn. 45, №4. P.125–131. [in Ukraine].
5. Martyrosov Z.H. (1998), *Morfologhichiske problemy sportyvnoho otbora* [Morphological problems of sports selection]. FIS., 137 p. [in Russia].
6. Furman Y.M. (2007), *Zavdannia do laboratornykh robot zi sportyvnoi medytsyny (navchalno-metodychnyi posibnyk)* [Tasks for laboratory work in sports medicine (training manual)]. Vinnytsia: DOV «Vinnytsia». 56 p. [in Ukraine].
7. Tsiukalo L. (2015), *Zmina pokaznykiv fizychnoho rozvytku ta fizychnoi pidhotovlenosti shkolariv v protsesi zaniat z fizychnoho vykhovannia u pozaurochny chas* [Changes in indicators of physical development and physical fitness of schoolchildren in the course of physical education lessons after school hours]. Naukovy chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Serii № 15. «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury / Fizychna kultura i sport». Vyp. 6 (62) 15. P. 80–83. [in Ukraine].
8. Shchepotina N. (2013), *Doslidzhennia vzaiezv'язku morfo-funktsionalnykh pokaznykiv voleibolistok z rivnem yikh fizychnoi pidhotovlenosti* [Investigation of the connection of morpho-functional indicators of volleyball players with their level of fitness]. Fizychna kultura, sport i zdorovia natsii. Vinnytsia. Vyp. 15. P. 80–83. [in Ukraine].

Надійшла 03.07.2019

ПЕРЕДУМОВИ ПЕРСОНАЛІЗАЦІЇ В РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЇ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

М. Носко¹, Г. Єдинак²

¹ Національний університет «Чернігівський колегіум імені Т. Шевченка», Україна

² Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

кореспондент-автор – Єдинак Г.: yedinak.g.a@gmail.com

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.36-40

Вивчали зміну показників координації у хлопчиків і дівчаток із різними соматотипами між 7 і 10 роками при використанні чинного змісту фізичного виховання у початковій школі. Мета дослідження полягала у визначенні особливостей зміни координації в хлопчиків із різними соматотипами, а також дівчаток, під час навчання у початковій школі. Матеріал і методи. У дослідженні взяло участь 100 хлопчиків (по 25 кожного з чотирьох соматотипів) та 80 дівчаток (по 20 кожного соматотипу), вік яких з початком дослідження знаходився у межах 7,3–7,5 років. У цих дітей протягом трьох навчальних років вивчали показники таких виявів координації: у метаннях на дальність провідною рукою і непровідною рукою, в акробатичних рухових діях, у циклічних локомоціях. Для одержання необхідних даних використовували тести, що є загальноприйнятими у практиці фізичного виховання та рекомендовані багатьма дослідниками, адже відповідають усім метрологічним вимогам. Результати. Виявлено внутрішньо- та міжтипологічні особливості зміни показників координації у хлопчиків із різними соматотипами, а також дівчаток, в кожному році досліджуваного періоду. Виявлено також суттєві розбіжності між виявом цих показників хлопчиками однакового паспортного віку, але різної соматичної типології, так само, як у дівчаток. Висновки. Одержаний результат свідчить про необхідність обов'язкового врахування цих даних, оскільки це сприятиме оптимізації спрямованості відповідних фізичних навантажень у аспекті їх максимального узгодження із природною тенденцією та враховуючи індивідуальні особливості хлопчиків і дівчаток 7–10 років.

Ключові слова: фізичне виховання, учні, динаміка координації, соматотипи.

Nosko M., Iedynak G. Prerequisites of personalization in the development of coordination primary school pupils

Abstract. We examined the change in coordination indicators of boys and girls with different somatotypes between 7 and 10 years of age using current physical education content in primary school. *The goal of research* the purpose of the study was to identify the peculiarities of change in coordination of boys with different somatotypes, as well as girls, while studying in primary school. *Study material and methods.* The study involved 100 boys (25 each of four somatotypes) and 80 girls (20 of each somatotype), whose age at the beginning of the study ranged from 7.3 to 7.5 years. During three school years, we studied indicators of the following displays of coordination of these children: in throwing for a distance by a leading hand and a non-leading hand, in acrobatic motor actions, in cyclic locomotions. To obtain the necessary data, we used tests that are generally accepted in the practice of physical education and recommended by many researchers, because they meet all metrological requirements. *Results.* Intra- and inter-typological peculiarities of change of coordination indicators of boys with different somatotypes, as well as girls, were revealed in each year of the study period. Significant differences were also found between the display of these indicators of boys of the same passport age, but of different somatic typology, the same is for girls. *Conclusions.* The obtained result indicates that these data need to be taken into account, as this will optimize the orientation of the respective physical activities in terms of their maximum alignment with the natural tendency and taking into account the individual characteristics of boys and girls of 7–10 years.

Key words: physical education, pupils, coordination dynamics, somatotypes.

Вступ

Диференційований та індивідуальний підходи до учнів у процесі фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах є обов'язковими для реалізації. Для цього чинна програма з фізичного виховання визначає такі критерії: рівень фізичного розвитку, фізичного здоров'я і фізичної підготовленості. Але такі критерії є лабільними, тобто змінюють свої характеристики під дією різних зовнішніх чинників [2; 4; 8], а отже лише частково відображають індивідуальні особливості учнів.

З іншого боку існують показники, що характеризують різні сторони життєдіяльності організму індивіда та залишаються практично незмінними протягом тривалого часу, – генетичні маркери, одним з яких є соматичний тип конституції. Він широко використовується у спортивній, діяльності як прогностичний показник рухових можливостей індивіда [15; 16], у практичній медицині як показник схильності до певних

захворювань [3; 14]. Наголошується також [4, с. 28–29] на можливості використовувати цей показник як критерій диференціації у процесі шкільного фізичного виховання, оскільки мають місце суттєві розбіжності між представниками різних соматотипів, а саме: в особливостях вивчення техніки рухових дій, вияві й динаміці морфофункціональних показників, стани фізичного здоров'я. Разом із тим, практично відсутні [5; 12] дані про динаміку координації учнів початкової школи при використанні чинного змісту фізичного виховання, що зумовлює необхідність проведення відповідного дослідження.

Матеріал і методи дослідження

Мета дослідження полягала у вивченні особливостей зміни координації в хлопчиків із різними соматотипами, а також дівчаток, під час навчання у початковій школі. Досягнення поставленої мети забезпечило використання комплексу методів: загальнонаукових (аналіз, узагальнення інформації літературних джерел),

педагогічних (тестування, лонгітюдинальний констатувальний експеримент), медико-біологічних (соматоскопія, соматометрія) та математичної статистики. Досліджуваними були 100 хлопчиків (по 25 з кожним із наявних соматотипів) та 80 дівчаток (по 20 з кожним соматотипом). У цих дітей протягом трьох навчальних років вивчали значення показників досліджуваних видів координації. З початком експерименту хлопчики і дівчатка розпочали навчання у другому класі, а їхній вік знаходився в межах 7,3–7,5 років. Проведене дослідження відбувалося з урахуванням вимог Гельсінської декларації-2013 про етичні принципи проведення медичних досліджень за участі людей. Відповідний протокол був затверджений комітетом з етики Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

Діагностику соматотипу здійснювали за допомогою методики Штефко-Островського у модифікації С. Дарської [4, с. 22]. Для оцінювання розвитку координації використовували тести, рекомендовані дослідниками [7; 10; 11] та які широко застосовуються у практичній діяльності. Такими тестами були: метання тенісного м'ячика з розбігу на максимальну відстань провідною і непровідною руками, човниковий біг 3x10 м, три перекиди вперед. Вони дозволяли одержати значення показників координації у рухах метання на дальність провідною рукою, непровідною рукою, а також координації у циклічних локомоціях та акробатичних рухових діях. Тестування відбувалося на початку кожного з трьох навчальних років.

Одержані дані порівнювали між собою, використовуючи t-критерій Стьюдента для пов'язаних вибірок, а базовим був 5 % рівень значущості ($\alpha=0,05$) [11; 13].

Результати дослідження

Аналіз даних, одержаних протягом навчального року, свідчив про те, що між 7-им і 8-им роками хлопчиків із астеноїдним соматотипом відбувалося значне поліпшення координації в метаннях на дальність провідною і непровідною руками. Приріст за результатом першого зазначеного тесту становив 31,1 %, за результатом другого тесту – 23,7 % ($p < 0,05 \div 0,01$). Для координації у циклічних локомоціях характерною була тільки позитивна тенденція в зміні показника, для координації в акробатичних рухових діях, навпаки – негативна ($p > 0,05$).

У хлопчиків із торакальним соматотипом між 7-им та 8-им роками виявили суттєве покращення координації у циклічних локомоціях, адже приріст у значенні показника склав 11,9 % ($p < 0,001$). Водночас відзначили, що інші досліджувані вияви координації відзначалися тільки позитивною тенденцією, оскільки

значення показників на початку і наприкінці дослідження між собою відрізнялися на статистично недостовірну величину.

Хлопчики з м'язовим соматотипом відзначалися найбільшим приростом координації у метаннях на дальність провідною і непровідною руками: покращення значення показників становило відповідно 24,2 і 27,9 % ($p < 0,001$). Дещо меншим (8,9 %), але також статистично достовірним приростом відзначалася координація у циклічних локомоціях ($p < 0,001$).

У однолітків із дигестивним соматотипом між 7-им та 8-им роками покращувались усі досліджувані вияви координації, але найбільшим приростом (49,8 і 54,1 %) відзначалася координація у метаннях на дальність провідною і непровідною руками відповідно. Дещо меншим (23,8 %), але також статистично достовірним приростом відзначалася координація в акробатичних рухових діях. Найменшим приростом, а саме на рівні 11,1 %, відзначалося поліпшення координації в циклічних локомоціях, але він був також статистично достовірним ($p < 0,001$).

Протягом наступного навчального року (віковий період між 8-им та 9-им роками) у представників досліджуваних соматотипів виявили певні особливості зміни досліджуваних показників. Так, у хлопчиків із астеноїдним, торакальним і м'язовим соматотипами на достовірно значущу величину поліпшився розвиток тільки двох із досліджуваних виявів координації, а саме у метаннях на дальність провідною і непровідною руками. Але при цьому відзначили зумовлені соматотипом особливості приросту: у представників астеноїдного соматотипу річний приріст становив відповідно 31,4 і 72,9 %, у представників торакального соматотипу – 72,2 і 90,3 %, у представників м'язового соматотипу – 52,1 і 67,7 % ($p < 0,001$). Іншими словами, основна особливість полягала у тому, що приріст був найбільшим у хлопчиків із торакальним соматотипом, дещо менший – із м'язовим і найменший – астеноїдним соматотипами.

Що стосується однолітків із дигестивним соматотипом, то тут одержали інший результат. Зокрема, значним покращенням, а саме у межах 30,4 % відзначалася координація у метаннях на дальність провідною рукою, у межах 10,3 % – координація в циклічних локомоціях ($p < 0,05$). Інші досліджувані види координації протягом навчального року залишалися на досягнутому раніше рівні.

У наступному віковому періоді (між 9-им і 10-им роками) приріст координації в акробатичних рухових діях у хлопчиків із астеноїдним соматотипом був найбільшим поміж інших досліджуваних видів координації, – 25,4 % ($p < 0,001$).

В однолітків із торакальним соматотипом усі види координації відзначалися тільки певною тенденцією до зміни, що дозволяло констатувати їхній вияв на досягнутому раніше рівні.

Аналогічний результат одержали у вибірці представників м'язового соматотипу, за винятком зміни показника координації в акробатичних рухових діях: протягом навчального року виявили його погіршення на 10,9 % ($p < 0,001$).

Що стосується представників дигестивного соматотипу, то тут відзначили таке: протягом навчального року суттєво зросла координація в циклічних локомоціях, адже приріст склав 5,9 % ($p < 0,05$); зміна інших показників засвідчувала тільки позитивну тенденцію у розвитку відповідних виявів координації.

У д і в ч а т о к із астеноїдним соматотипом у період між 7-им і 8-им роками відбулося суттєве покращення всіх досліджуваних виявів координації. Зокрема, приріст результату в метанні на дальність провідною і непровідною руками склав відповідно 25,3 % та 22,1 % ($p < 0,05 \div 0,01$), у човниковому бігу 3x10 м (характеризував координацію у циклічних локомоціях) – 12,4 %, у виконанні трьох перекидів уперед (координація у акробатичних рухових діях) – 9,8 % ($p < 0,05$).

У дівчаток із торакальним соматотипом зміна показників координації відрізнялася від вищезазначеної, оскільки суттєвий приріст виявили тільки для координації в циклічних локомоціях, – він склав 13,4 % ($p < 0,001$). Інші досліджувані вияви координації відзначалися тільки позитивною тенденцією зміни. Це дозволило резюмувати, що вони протягом навчального року залишалися на досягнутому раніше рівні.

Дівчатка з м'язовим соматотипом відзначалися такою особливістю: найбільшим тут був приріст координації у метаннях на дальність провідною і непровідною руками, а становив він 18,4 і 22,5 % відповідно ($p < 0,001$). Приріст координації у циклічних локомоціях був меншим (6,8 %), координації в акробатичних рухових діях – 5,8 %, але в обох випадках також статистично достовірним ($p < 0,05$).

У дівчаток із дигестивним соматотипом картина зміни показників координації була дуже подібною до вищезазначеної, за винятком величин приросту. Зокрема, приріст координації у метаннях на дальність провідною рукою склав 36,9 %, непровідною рукою – 44,1 %, координації в акробатичних рухових діях – 26,7 %, координації в циклічних локомоціях – 13,4 % ($p < 0,05 \div 0,001$).

Протягом наступного навчального року, що припадав на період між 8-им і 9-им роками, зміни показників досліджуваних виявів координації відзначалися

певними особливостями. Так, у дівчаток із астеноїдним соматотипом суттєвим поліпшенням (6,5 %; $p < 0,05$) відзначалася тільки координація у циклічних локомоціях, тоді як інші вияви – тільки позитивною тенденцією.

У дівчаток із торакальним і м'язовим соматотипами жодний вияв координації суттєво не зріс, а тільки демонстрував позитивну тенденцію. У представниць дигестивного соматотипу картина зміни відрізнялася: на 24,9 % зросла координація у циклічних локомоціях, на 28,5 і 22,9 % – координація у метаннях на дальність провідною і непровідною руками відповідно.

Протягом наступного навчального року (між 9-им і 10-им роками) в дівчаток із астеноїдним та дигестивним соматотипами всі досліджувані вияви координації залишалися на досягнутому раніше рівні. У дівчаток із торакальним соматотипом картина була аналогічною, за винятком зміни координації у циклічних локомоціях, що погіршилася на 3,8 % ($p < 0,05$). Протилежною була зміна цього вияву координації в дівчаток із м'язовим соматотипом, а саме він покращився на 2,9 % ($p < 0,05$).

Дискусія

У педагогічній практиці питанням диференціації, індивідуалізації, а на сучасному етапі – персоналізації педагогічного процесу, здійснення його на засадах особистісного підходу, приділяється значна увага дослідників [1; 6]. Проте критерії, на підставі яких буде здійснюватися поділ учнів на відносно однорідні вибірки, дотепер залишаються проблемним полем. У зв'язку з цим деякі сучасні дослідники [4; 8; 17] зазначають, що одним із найбільш перспективних є конституція людини. Сьогодні вона розглядається як цілісність успадкованих і набутих морфологічних та функціональних властивостей, що є відносно стійкими у часі, пов'язані з темпами індивідуального розвитку (у внутрішньочеревний період і пізніше), особливостями реактивності організму, стилю діяльності, матеріальними передумовами здібностей; анатомічним виявом конституції є соматотип [4, с. 3].

Проте на сучасному етапі недостатньо даних, що відображають динаміку показників фізичної підготовленості дітей із різними соматотипами у шкільний період. Проведеним у такому напрямі дослідження дозволило встановити особливості зміни показників деяких виявів координації у хлопчиків із наявними соматотипами, а також у дівчаток між 7 і 10 роками. Передусім відзначимо, що за інформацією дослідників [2; 7; 14; 18] координація у період початкової школи знаходиться у сенситивному періоді. Вивчення у зв'язку з цим саме цієї фізичної якості засвідчило таку особливість: у кожному соматотипі щороку протягом 7–10 років неоднаково змінюється координація в

метаннях на дальність провідною і непровідною руками, а також координація у циклічних локомоціях і акробатичних рухових діях. Причому це стосується як хлопчиків, так і дівчаток.

Інша встановлена особливість полягає у розбіжності розвитку зазначених виявів координації в певному віці у представників різних соматотипів, а також величинах зміни показників. Такі результати значною мірою зумовлені неоднаковою генетичною програмою розвитку систем організму представників різних соматотипів, яка при взаємодії з різними чинниками впливу (в тому числі фізичним вихованням у школі) можуть коригуватись, але частково і тільки у визначених цією програмою межах [3; 6].

Одержані дані певною мірою узгоджуються з висновками дослідників [5; 8; 12] про особливості розвитку фізичних якостей дітей із різними соматотипами під час навчання у початковій школі, у тому числі – про розбіжності у сенситивних періодах. Виявлену гетерохронію в розвитку досліджуваних виявів координації у дівчаток із різними соматотипами, а також хлопчиків, пов'язуємо з неоднаковим темпом морфофункціонального дозрівання їх організму. За інформацією зазначених авторів у біологічному дозріванні представники астеноїдного соматотипу, в середньому, на півтора-два роки відстають від представників м'язового соматотипу, інші (торакальний і дигестивний) займають між ними проміжне положення. Зазначається також, що астеноїдний та дигестивний соматотипи маже на 100 % зумовлені спадковістю, а

значить найбільш стійкі до зміни під впливом, передусім зовнішніх чинників. Торакальний соматотип, що розглядається як проміжний між астеноїдним і м'язовим, навпаки – є найбільш мінливим: за сприятливих умов він може перейти в останній, за несприятливих – у перший [3, с. 32].

Висновки

1. Дані літературних джерел засвідчують важливість і необхідність реалізації на практиці особистісного та персоніфікованого підходів до учнів під час реалізації фізичної активності у визначених формах організації, а одним із перспективних критеріїв є поділ дітей на однорідні вибірки за їх приналежністю до наявних соматотипів.

2. Щорічна зміна досліджуваних виявів координації у хлопчиків однакового віку, але з різними соматотипами, між собою суттєво відрізняється. Аналогічною розбіжністю відзначаються показники координації дівчаток із різними соматотипами. Це свідчить про необхідність урахувати такі дані при визначенні спрямованості засобів розвитку координації хлопчиків і дівчаток із різними соматотипами під час навчання у початковій школі.

Подальші дослідження необхідно спрямувати на вивчення змін у показниках інших фізичних якостей учнів із різними соматотипами під час навчання у початковій школі.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Волков Л. В. Биологические и педагогические основы современных технологий спортивной подготовки детей и молодежи: метод. реком. Варшава: Академия физической культуры, 2001. 44 с.
2. Єдинак Г. А. Фізичне здоров'я і тип конституції : середньогрупові і середньотипологічні особливості дівчаток 7–14 років. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2002. № 4. С. 34–40.
3. Єдинак Г. А., Зубаль М. В., Мисів В. М. Соматотипи і розвиток фізичних якостей дітей: монографія. Кам'янець-Подільський: Оіюм, 2011. 280 с.
4. Зубаль М. В., Єдинак Г. А. Організаційно-методичні основи вдосконалення фізичних якостей хлопців 7–17 років у процесі фізичного виховання: метод. рекомендації. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О. А., 2008. 156 с.
5. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие. Москва: Дивизион, 2006. 290 с.
6. Никитюк Б. А. Интеграция знаний в науках о человеке (интегративная анатомическая антропология): монография. М.: СпортАкадемПресс, 2000. 440 с.
7. Носко М. О. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні: монографія. Київ: СПД Чалчинська Н. В., 2014. 340 с.
8. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей. Донецк: ДонНУ, 2005. 290 с.
9. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ: Олімп. л-ра, 2001. 439 с.
10. Слюсарчук В. В. Програмування занять з покращення фізичного стану дітей 8–10 років у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук фіз. виховання та спорту: 24.00.02. «ДВНЗ «Прикарпатський національний ун-т імені Василя Стефаника». Івано-Франківськ, 2011. 20 с.
11. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня «Рута», 2012. 280 с.
12. Bouchard, C. Malina, R. M., Peruse, L. (1997). Genetics of fitness and physical performance. Champaign, IL: Human Kinetics.
13. Coulter, T. J., Mallett, C. J., Singer, J. A. & Gucciardi, D. F. (2016). Personality in sport and exercise psychology: integrating a whole person perspective. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 14(1), 23-41. doi.org/10.1080/1612197X.2015.1016085
14. Genetic and molecular aspects of sport performance (2011). Edited by Bouchard, C. and Hoffman, E. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
15. Iedynak, G., Galamandjuk, L., Kyselytsia, O., Nakonechnyi, I., Hakman, A., Chopik, O. (2017). Special aspects of changes in physical readiness indicators of young men with different somatotypes between 15 and 17 years of age. Journal of Physical Education and Sport, 17(4). 2690-2696. DOI:10.7752/jpes.2017.04311
16. Murray, T. D., Eldridge, J., Kohl, H. W. (2017). Foundations of Kinesiology: A Modern Integrated Approach. Champaign, IL: Human Kinetics.

References

1. Volkov L. V. (2001), *Biologicheskiye i pedagogicheskiye osnovy sovremennykh tekhnologiy sportivnoy podgotovki detey i molodozhi: metod. rekom* [Biological and pedagogical foundations of modern technologies for sports training of children and youth]. Academy of Physical Culture, Warsaw. 44 p. [in Russia].
2. Iedynak, G. A. (2002), "Fizychno zdorov'ya i typ konstytutsiyi: seredn'ohrupovi i seredn'otypolohichni osoblyvosti divchatok 7–14 rokiv" [Physical health and type of constitution: average and average typological characteristics of girls 7-14 years]. *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu*. Vol. 4, pp. 34-40. [in Ukraine].
3. Iedynak, G. A., Zubal M. V., Misyv V. M. (2011), *Somatotypy i rozvytok fizychnykh yakostey ditey* [Somatotypes and development of physical qualities of children]. Oyum, Kamianets-Podilskiy. 280 p. [in Ukraine].
4. Zubal, M. V., Iedynak, G. A. (2008), *Orhanizatsiyno-metodychni osnovy vdoskonalennya fizychnykh yakostey khloptsiv 7–17 rokiv u protsesi fizychnoho vykhovannya* [Organizational and methodological bases of improvement of physical qualities of children of 7-17 years in the process of physical education]. PP Buynytskyi O. A., Kamianets-Podilskiy. 156 p. [in Ukraine].
5. Lyakh, V. I. (2006), *Koordinatsionnye sposobnosti: diagnostika i razvitiye* [Coordination abilities: diagnostics and development]. Division, Moscow. 290 p. [in Russia].
6. Nikityuk, B. A. (2000), *Integratsiya znaniy v naukakh o cheloveke (integrativnaya anatomicheskaya antropologiya)* [Integration of knowledge in human sciences (integrative anatomical anthropology)]. SportAkademPress, Moscow. 440 p. [in Russia].
7. Nosko, M. O. *Zdorov'yazberezhualni tekhnolohiyi u fizychnomu vykhovanni* [Health-saving technologies in physical education]. SPD Chalchinska NV, Kiyv. 340 p. [in Ukraine].
8. Romanenko, V. A. (2005), *Diagnostika dvigatel'nykh sposobnostey* [Diagnostics of motor abilities]. DonNU, Donetsk, 290 p. [in Russia].
9. Serhiyenko, L. P. (), *Testuvannya rukhovyykh zdibnostey shkolyariv* [Testing of pupils' motor abilities]. Olymp. literature, Kiyv. 439 p. [in Ukraine].
10. Slyusarchuk, V. V. (2011), "Prohramuvannya zanyat' z pokrashchennya fizychnoho stanu ditey 8–10 rokiv u protsesi fizychnoho vykhovannya" [Programming lessons for improving the physical condition of children 8-10 years in the process of physical education]: author. diss. Sciences of Phys. education and sports: 24.00.02. Vasyl Stefanyk Precarpathian National University. Ivano-Frankivsk. 20 p. [in Ukraine].
11. Shiyani, B. M., Iedynak, G. A., Petryshyn, Yu. V. (2012), *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports], PE Oyum Publishing House, Kamianets-Podilsky. 280 p. [in Ukraine].
12. Bouchard, C. Malina, R. M., Peruse, L. (1997). *Genetics of fitness and physical performance*. Champaign, IL: Human Kinetics.
13. Coulter, T. J., Mallett, C. J., Singer, J. A. & Gucciardi, D. F. (2016). *Personality in sport and exercise psychology: integrating a whole person perspective*. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 23-41. doi.org/10.1080/1612197X.2015.1016085
14. *Genetic and molecular aspects of sport performance (2011)*. Edited by Bouchard, C. and Hoffman, E. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
15. Iedynak, G., Galamandjuk, L., Kyselytsia, O., Nakonechnyi, I., Hakman, A., Chopik, O. (2017). *Special aspects of changes in physical readiness indicators of young men with different somatotypes between 15 and 17 years of age*. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(4). 2690-2696. DOI:10.7752/jpes.2017.04311
16. Murray, T. D., Eldridge, J., Kohl, H. W. (2017). *Foundations of Kinesiology: A Modern Integrated Approach*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Надійшла 03.07.2019

ЗМІНА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ БОРЦІВ ВІЛЬНОГО СТИЛЮ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

М. Прозар, І. Стасюк, А. Петров, М. Чобітько

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

кореспондент-автор – Прозар М.: prozar_nikolas@kpnpu.edu.ua

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.41-45

Актуальність теми дослідження. Багаторічна підготовка борця вільного стилю довготривалий процес який триває у чоловіків від 10 до 15 років й складається з декількох етапів: початкової підготовки, попередньої базової підготовки, спеціалізованої базової підготовки, етапу підготовки до вищих досягнень. На кожному з цих етапів вирішуються певні завдання. Етап попередньої базової підготовки передбачає у першу чергу зміцнення здоров'я юних спортсменів, усунення недоліків у рівні їхнього фізичного розвитку, підготовку до контрольного тестування із загальної та спеціальної фізичної підготовки. Необхідно відмітити, що досліджень, які б характеризували вищезазначене ми не знайшли, тому доречним було проведення констатувального експерименту за результатами якого були зроблені певні висновки.

Мета дослідження – здійснити порівняльну характеристику показників загальної та спеціальної фізичної підготовленості юних борців вільного стилю впродовж 1-го року навчання у групах попередньої базової підготовки. У експерименті взяли участь учні дитячої юнацької спортивної школи № 1 міста Хмельницького у кількості 20 осіб, вагової категорії 52 кг.

Методи дослідження: аналіз, узагальнення та систематизація наукових літературних джерел; педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, констатувальний педагогічний експеримент, педагогічне тестування); методи математичної статистики.

Результати роботи та ключові висновки – у процесі дослідження виявили, що із семи тестових випробувань впродовж річного циклу підготовки значно покращився результат тільки в одному показнику, а саме підтягуванні на перекладині, він склав 31,8%; дещо покращилися шість інших показників. Щодо тестових випробувань, які характеризують рівень розвитку спеціальної фізичної підготовленості, то всі вони мали лише певну тенденцію до покращення.

Ключові слова: загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка, група попередньої базової підготовки.

Prozar M., Stasiuk I., Petrov A., Chobitko M. Change of physical training indicators free style wrestlers on stage previous basic preparation

Abstract. *Relevance of the research topic.* Long-term freestyle fighter training is a long-lasting process that takes 10 to 15 years for men and consists of several stages: initial training, preliminary basic training, specialized basic training, and preparation for higher achievements. At each of these stages certain tasks are solved. The pre-basic training phase involves, first and foremost, enhancing the health of young athletes, eliminating deficiencies in their level of physical development, preparing them for control testing in general and special physical training. It should be noted that we did not find any studies characterizing the above, so it was appropriate to carry out an ascertaining experiment based on the results of which certain conclusions were drawn.

The purpose of the study is to perform a comparative characterization of indicators of general and special physical fitness of young freestyle wrestlers during the first year of study in groups of preliminary basic training. The experiment was attended by students of the children's youth sports school № 1 in the city of Khmelnytskyi in the amount of 20 people, weighing 52 kg.

Research methods: analysis, generalization and systematization of scientific literary sources; pedagogical research methods (pedagogical observation, ascertaining pedagogical experiment, pedagogical testing); methods of mathematical statistics.

Results and Key Findings. The study found that of the seven test trials during the one-year training cycle, the result was only one indicator, namely the pull-up on the crossbar, which was 31.8%; six other indicators improved slightly. As for the test trials that characterize the level of development of a special fitness, they all had only a certain tendency to improve.

Keywords: general physical training, special physical training, group of preliminary basic training.

Вступ

Фізична підготовка сучасного борця вільного стилю має не аби яке значення для досягнення перемоги у ході змагань різного рівня [1; 2, с. 24–25; 4, с. 72]. Це стосується не лише спорту вищих досягнень, але й дитячого та юнацького спорту [2, с. 128–129].

Загальна фізична підготовка передбачає відповідний розвиток фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, гнучкості, координаційних здібностей [4, с. 58–59]. Недостатня увага тренера у процесі навчально-тренувальних занять до загального розвитку фізичних якостей може призвести до недостатньої готовності організму юних спортсменів переносити тренувальні навантаження не лише впродовж підготовчого періоду, але й усього річного циклу підготовки.

Відповідно до навчальної програми з вільної боротьби [4, с. 44; 48; 61] у кожній навчально-тренувальній групі вирішуються певні завдання із загальної та спеціальної фізичної підготовки.

Так, у групі початкової підготовки – це, у першу чергу, є зміцнення здоров'я і всебічний фізичний розвиток на основі широкого застосування загально-підготовчих вправ.

У групі попередньої базової підготовки загальна та спеціальна фізична підготовка вдосконалюється на основі оптимального поєднання загально-підготовчих і спеціально-підготовчих вправ з переважним розвитком швидко-силових якостей і витривалості.

Загальна та спеціальна фізична підготовка у групах спеціалізованої базової підготовки, у першу чергу,

базується на матеріалі попередніх років навчання, але має певні особливості. Так, на цьому етапі підготовки індивідуалізація загальної та спеціальної фізичної підготовки відбувається з переважним розвитком спеціальної витривалості, вибухової сили м'язів верхнього плечового поясу та нижніх кінцівок. У першу чергу, це спрямоване на забезпечення високого рівня спеціальної працездатності, яка надалі найбільше проявлятиметься у ході навчально-тренувального та змагального процесів [5, с. 7-8].

Матеріал і методи дослідження

Мета дослідження – здійснити порівняльну характеристику показників загальної та спеціальної фізичної підготовленості юних борців вільного стилю впродовж 1-го року навчання у групах попередньої базової підготовки.

У дослідженні взяли участь учні дитячої юнацької спортивної школи № 1, які займаються вільною боротьбою (перший рік навчання група попередньої базової підготовки) міста Хмельницького у кількості 20-ти осіб, 13–14 років, вагової категорії 52 кг. Дослідження було проведено відповідно до декларації Всесвітньої асоціації медицини з Гельсінкі: Етичні принципи медичних досліджень, що стосуються людей (2013). Протокол дослідження був затверджений комісією з етики Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. На початковому етапі дослідження отримали дозвіл від керівництва дитячої юнацької спортивної школи № 1 м. Хмельницького в особі директора Василя Янківа. На наступному етапі отримали письмову згоду від кожного учня та їхніх батьків.

Дослідження проводилося впродовж 2018–2019 навчального року (з жовтня 2018 по квітень 2019). У процесі дослідження використали тестові випробування, які представлені у навчальній програмі з вільної боротьби для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності [4], що дозволило встановити рівень розвитку загальної та спеціальної фізичної підготовки. Для оцінювання загальної фізичної підготовки використали: біг 10 метрів (швидкість, як незалежний компонент швидкісних якостей), човниковий біг 4x9 метрів (координація у циклічних локомоціях), стрибок у довжину з місця (вибухова сила м'язів нижніх кінцівок), підтягування на перекладині (силу верхнього плечового поясу, двоголового м'язу плеча), присідання за 20 с (швидкісно-силова витривалість м'язів верхніх кінцівок), утримання кута 90 градусів із положення вису (статична м'язова сила м'язів черевного пресу), лазіння по канату без допомоги ніг 5 метрів (м'язова сила двоголового

м'язу плеча). Спеціальну фізичну підготовленість визначали, використовуючи тестові випробування наступного спрямування: забігання навколо голови 10 разів із положення в упорі на чолі (сила м'язів шиї та гнучкість хребтового стовпа), гнучкість (стійка «борцівський міст»), переверот із упору головою в килим у стійку «борцівський міст» і назад (10 повторень – сила м'язів шиї та гнучкість хребтового стовпа).

Точне виконання експериментальних завдань – досягалося, передусім контролем за якістю процесу із застосуванням хронометражу. Інструментарій – електронний секундомір «SELECT Stop watch pro» (Китай) з точністю вимірювання до 0,001 с.

Виконання тестових завдань – забезпечувалося попереднім інструктажем учнів щодо техніки виконання кожного такого завдання, наданням декількох спроб для його виконання без оцінювання, внесенням (при потребі) необхідних коректив.

Всі статистичні аналізи проводили за допомогою прикладної комп'ютерної програми «Statistica 13». Для кожної характеристики визначали середнє значення та її помилку, стандартне відхилення, коефіцієнт варіації, t-критерій Стьюдента для пов'язаних вибірок. Також використали рівні ймовірності: 0,05, 0,01, 0,001 для визначення статистичної значущості.

Результати дослідження

Однорідність вибірок. Досліджуючи показники загальної та спеціальної фізичної підготовки юних борців груп попередньої базової підготовки, дозволили зробити висновок, що за цими показниками сформована вибірка була однорідною.

Висновок ґрунтувався на отриманих даних про коефіцієнт варіації – V , який складав не більше 20 %, що свідчить про однорідність сформованих за досліджуваними показниками вибірок. Конкретизуючи отримані дані, зазначаємо, що у борців у ваговій категорії до 52-х кг, які займалися вільною боротьбою в ДЮСШ, значення коефіцієнта варіації V знаходилися у таких межах (табл. 1).

Подальші наші дослідження були спрямовані на встановлення вірогідності відмінностей у тестових випробуваннях із загальної та спеціальної фізичної підготовки досліджуваної групи юних борців вагової категорії 52 кг на початку та наприкінці констатувального експерименту.

На початку та наприкінці річного циклу підготовки юних борців вільного стилю 1-го року навчання, які займаються в групах попередньої базової підготовки в ДЮСШ (вагова категорія до 52-х кг), здійснили вимірювання рівня загальної та спеціальної фізичної підготовки (див. табл. 2).

Значення числових характеристик вибірки борців вагової категорії до 52-х кг під час констатувального експерименту

Тестові випробування	Числові характеристики вибірки (n=20)							
	На початку				Наприкінці			
	\bar{x}	m	S	V	\bar{x}	m	S	V
загальна фізична підготовленність								
Біг 10 метрів, с	2,7	0,05	0,20	7,69	2,5	0,04	0,16	6,36
Човниковий біг 4x9 метрів, с	10,6	0,07	0,32	3,05	10,2	0,09	0,40	3,96
Стрибок у довжину з місця, м	1,9	0,02	0,09	4,94	2,0	0,03	0,15	7,42
Підтягування на перекладині, разів	9,9	0,35	1,59	16,02	13,1	0,48	2,16	16,58
Присідання за 20 с	14,3	0,38	1,72	12,03	16,4	0,53	2,37	14,46
Утримання кута 90 градусів, с	3,9	0,17	0,75	19,35	4,7	0,21	0,92	19,65
Лазіння по канату без доп. ніг, с	11,3	0,08	0,37	3,30	11,0	0,08	0,35	3,16
спеціальна фізична підготовленність								
Забігання навколо голови 10 разів	22,5	0,30	1,36	6,04	20,6	0,43	1,93	9,37
Переворот із упору головою в килим на «борцівський міст» і у зворотному напрямку 10 разів, с	28,9	0,49	2,18	7,57	26,7	0,58	2,60	9,76
Гнучкість, міст, с	27,5	0,55	2,48	9,04	25,9	0,40	1,77	6,85

Таблиця 2

Зміна показників загальної та спеціальної фізичної підготовки впродовж річного циклу підготовленність юних борців 1-го року навчання, які займаються в групах попередньої базової підготовки в ДЮСШ

Тест	На початку		Наприкінці		Зміна		t
	\bar{x}	m	\bar{x}	m	а.ч.	%	
загальна фізична підготовленність							
Біг 10 метрів, с	2,7	0,05	2,5	0,04	-0,15	5,66	2,59*
Човниковий біг 4x9 метрів, с	10,6	0,07	10,2	0,09	-0,35	3,27	2,98**
Стрибок у довжину з місця, м	1,9	0,02	2,0	0,03	0,11	6,04	2,90**
Підтягування на перекладині, раз.	9,9	0,35	13,1	0,48	3,15	31,82	5,25***
Присідання за 20 с	14,3	0,38	16,4	0,53	2,1	14,69	3,21**
Утримання кута 90 градусів, с	3,9	0,17	4,7	0,21	0,85	22,08	3,20**
Лазіння по канату без доп. ніг, с	11,3	0,08	11,0	0,08	-0,27	2,39	2,36**
спеціальна фізична підготовленність							
Забігання навколо голови 10 разів	22,5	0,30	20,6	0,43	-1,85	8,24	3,51**
Переворот із упору головою в килим на «борцівський міст» і у зворотному напрямку 10 разів, с	28,9	0,49	26,7	0,58	-2,2	7,63	2,90**
Гнучкість, міст, с	27,5	0,55	25,9	0,40	-1,55	5,65	2,27**

П р и м і т к а. Позначено: «*» – $p < 0,05$; «**» – $p < 0,01$; «***» – $p < 0,001$

На початку першого року навчання в юних борців вільного стилю річного циклу підготовки результати тестового випробування «Біг 10 метрів» (швидкість, як незалежний компонент швидкісних якостей) була $2,7 \pm 0,05$ секунди, наприкінці $2,5 \pm 0,04$ секунди, покращилася на 5,66 % ($p < 0,05$).

Результати тестового випробування «Човниковий біг 4x9 метрів» (характеризує рівень розвитку координаційних якостей у циклічних локомоціях) упродовж річного циклу підготовки покращилися на 3,27 % ($p < 0,05$) і, відповідно, склав на початку $10,6 \pm 0,07$ секунди, наприкінці $10,2 \pm 0,09$ секунди.

Важливою складовою загальної фізичної підготовки юних єдиноборців є вибухова сила м'язів нижніх кінцівок, її вимірювання здійснювали за допомогою тестових випробувань – «Стрибок у довжину з місця», «Присідання за 20 секунд». На початку дослідження результати тестового випробування «Стрибок у довжину з місця» склали – $1,9 \pm 0,02$ метра, наприкінці – $2,0 \pm 0,03$ метра, відповідно, зміна була 6,04 % й достовірно вірогідною ($p < 0,01$).

Щодо показників тесту «Присідання за 20 секунд», то вони характеризувалися наступними величинами: на початку склали – $14,3 \pm 0,38$ секунди, а наприкінці

констатувального експерименту $16,4 \pm 0,53$ секунди, зміна склала $14,49\%$, ($p < 0,01$).

Розвиток м'язових груп верхнього плечового поясу єдиноборців має свої особливості у порівнянні з іншими видами спорту, сучасний борець вільного стилю повинен володіти достатнім розвитком усіх вище перехованих різновидів сили.

Використавши тестове випробування «Підтягування на перекладині» визначали силу верхнього плечового поясу юних борців: двоголового м'язу плеча. Так, на початку дослідження борці першого року навчання попередньої базової підготовки змогли виконати $9,9 \pm 0,35$ рази, наприкінці – $13,1 \pm 0,48$ рази, зміна склала – $31,82\%$ й була достовірно вірогідною ($p < 0,001$).

Також для вияву рівня розвитку сили верхнього плечового поясу використали тестове випробування – «Лазіння по канату без допомоги ніг 5 метрів», результати, які отримали у ході дослідження свідчили, що на початку констатувального експерименту юні борці змогли подолати цю дистанцію за $11,3 \pm 0,08$ секунди, наприкінці – за $11,0 \pm 0,08$ секунди при зміні $2,39\%$ й вірогідності відмінностей ($p < 0,01$).

Можливість упродовж певного періоду напружувати м'язи не змінюючи їхню довжину – це прояв статичної сили. У нашому дослідженні для вияву розвитку цього різновиду сили використали тестове випробування – «Утримання кута 90 градусів із положення вису». Це тестове випробування дає можливість визначити рівень розвитку статичної сили м'язів черевного пресу. На початку дослідження результати, які показали юні борці, склали $3,9 \pm 0,17$ секунди, наприкінці $4,7 \pm 0,21$ секунди при зміні $22,08\%$ й були статистично вірогідними ($p < 0,01$).

Вікова динаміка розвитку швидкості характеризується тим, що віковий період від $7-8$ до $11-12$ років найбільш сприятливий для вибіркового розвитку швидкості рухових реакцій і частоти рухів. Віковий період від $7-8$ до $11-12$ років відмічається і найвищими в онтогенезі темпами розвитку координаційних якостей, тому саме у цьому віці необхідно акцентувати увагу на вдосконаленні міжм'язової координації у швидкісних рухах.

3-поміж тестових випробувань, які пропонуються для вияву рівня швидкісних якостей, зупинилися на «Бігу 10 метрів», саме це тестове випробування характеризує – швидкість, як незалежний компонент швидкісних якостей. На початку констатувального експерименту у досліджуваній групі юних борців виявили рівень розвитку швидкісних якостей, який склав $2,7 \pm 0,05$ секунди, наприкінці отримали дещо інші дані, юні борці вільного стилю виконали це тестове випробування за $2,5 \pm 0,04$ секунди, при чому зміна склала $5,66\%$ ($p < 0,05$).

Для вияву рівня розвитку координаційних якостей юних борців вільного стилю використали тестове

випробування «Човниковий біг 4×9 метрів» (характеризує рівень розвитку координаційних якостей у циклічних локомоціях), результати якого засвідчили, що упродовж річного циклу підготовки юних єдиноборців рівень розвитку координаційних здібностей покращився на $3,27\%$ ($p < 0,01$) і, відповідно, склав на початку $10,6 \pm 0,07$ секунди, наприкінці $10,2 \pm 0,09$ секунди.

Характеризуючи рівень розвитку спеціальної фізичної підготовки з-поміж тестових випробувань єдиноборців вільного стилю, обрали наступні:

- забігання навколо голови 10 разів – сила м'язів шиї та гнучкість хребтового стовпа;
- гнучкість міст – гнучкість поперекового відділу хребта;
- переворот із упору головою в килим на «борцівський міст» і у зворотному напрямку 10 разів – сила м'язів шиї та гнучкість хребтового стовпа.

Вище наведені тестові випробування, у першу чергу, спрямовані на вияв рівня сили м'язів шиї та гнучкості хребтового стовпа. Результати, які отримали у ході дослідження свідчать про певний розвиток цих фізичних якостей, так, на початку констатувального експерименту юні спортсмени у тестовому випробуванні «Забігання навколо голови 10 разів» продемонстрували результат, який склав $22,5 \pm 0,30$ рази, тоді, як наприкінці – $20,6 \pm 0,43$ рази, зміна склала $8,24\%$ й була вірогідно достовірною ($p < 0,01$).

Щодо тесту «Переворот із упору головою в килим на «борцівський міст» і у зворотному напрямку 10 разів», то під час їх виконання отримали аналогічні результати. На початку експерименту це значення дорівнювало $28,9 \pm 0,49$ рази, наприкінці – $26,7 \pm 0,58$ рази, зміна була не суттєвою – $7,63\%$, але достовірною ($p < 0,01$).

Гнучкість хребтового стовпа визначали також за допомогою тестового випробування «Гнучкість, міст» результати, які отримали у ході дослідження, свідчили про певну тенденцію покращення цієї фізичної якості впродовж річного циклу підготовки юних борців першого року навчання на етапі попередньої базової підготовки. Так, на початку констатувального експерименту показники склали $27,5 \pm 0,55$, наприкінці – $25,9 \pm 0,40$ при зміні $5,65\%$ й були статистично вірогідними ($p < 0,01$).

Дискусія

Етап спеціалізованої базової підготовки триває три роки, а за необхідності може тривати й до п'яти років. Учні, які виконали контрольно-перевідні нормативи із загальної, спеціальної та технічної підготовки групи попередньої підготовки переводяться у групу спеціалізованої базової підготовки 1 -го року навчання. Рекомендована кількість учнів у групі може складати 8 осіб й займаються вони 12 годин на тиждень. Рівень спортивної майстерності – II юнацький спортивний розряд.

Виходячи з навчальної програми з вільної боротьби [4] для учнів спеціалізованої базової підготовки 1-го року навчання у теоретичному плані створені відповідні умови для досягнення відповідних спортивних результатів.

В. Шандригось [7] вважає, що на цьому етапі підготовки велику увагу необхідно приділяють індивідуалізації навчально-тренувального процесу. Його висновки свідчать про те, що лише за умови індивідуального підходу значною мірою підвищиться рівень розвитку фізичних якостей юних борців, а використання у навчально-тренувальному процесі шаблонного підходу не дасть очікуваного результату.

Євген Ручка [6] досліджуючи напрямки вдосконалення підготовки юних борців вільного стилю звертає увагу на те, що його авторська програма (полягала у навчанні борців варіативної техніці боротьби із використанням різноманітних рухливих ігор) була більш ефективною у порівнянні з чинною навчальною програмою для ДЮСШ.

Вищезазначене свідчить, що навчальна програма з вільної боротьби для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю, не в повній мірі може «розкрити» потенційні можливості юних борців вільного стилю, використання сучасних,

інноваційних підходів до навчально-тренувального процесу покращить не лише сам процес тренування, але й змінить сам підхід до нього, а це у свою чергу вплине на кінцевий результат.

Висновки

Отримані результати свідчать, що впродовж 1-го року навчання у групах спеціалізованої базової підготовки в юних борців вагової категорії 52-х кг з досліджуваних показників, які характеризують рівень розвитку загальної фізичної підготовки, значно покращився один показник – підтягування на перекладині, зміна склала 31,82 % ($p < 0,001$). Деяко покращилися усі інші досліджувані показники їх зміна була у межах від 2,39 % до 22,08 %. Щодо показників спеціальної фізичної підготовки, то усі вони деяко покращилися: зміна була у межах від 5,65 % до 8,24%, й була вірогідною ($p < 0,01$).

Перспективи подальших досліджень передбачають пошук нових та вдосконалення існуючих засобів, методів, методик вдосконалення загальної та спеціальної фізичної підготовки юних борців вільного стилю 1-го року навчання груп спеціалізованої базової підготовки.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Бойко В. Ф. Сучасні аспекти індивідуалізації спеціальної фізичної підготовки кваліфікованих борців греко-римського стилю. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. вих. і спорту. 2007. Випуск 10. 17 с.
2. Бойко В. Ф., Данько Г. В. Физическая подготовка борцов. Киев: Олимпийская литература, 2004. 225 с.
3. Коленков О.В. Моделювання спеціальної фізичної підготовленості борців високої кваліфікації в заключному макроциклі на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей: автореферат дисертації кандидата наук з фізичного виховання та спорту: 24.00.01. Національний університет фізичного виховання та спорту. Київ, 2007. 20 с.
4. Латишев С. В., Шандригось В. І. Вільна боротьба: чоловіки, жінки: [навчальна програма для дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю]. Київ: АСБУ, 2011. 95 с.
5. Латишев С.В. Спеціальна силова підготовка та засоби її контролю у річному циклі тренування кваліфікованих борців: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.01. ЛДІФК. Львів, 2004. 19 с.
6. Ручка Є. Напрямки удосконалення підготовки юних борців вільного стилю. Слобожанський науково-спортивний вісник, 2016. Випуск 6 (56), С. 100-104.
7. Шандригось В. І. Індивідуалізація технічної підготовки юних борців вільного стилю. Спортивна наука України, 2015. Випуск 5 (69). С. 44-48.

References

1. Bojko V. F. Modern aspects of individualization of special physical training of skilled fighters of Greco-Roman style. Journal of Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports, 10, p. 17.
2. Bojko V. F., Dan'ko G. V. Physical training of fighters. Kiev: Olympic Literature, 2004. 225 p.
3. Kolenkov O.V. Modeling of the special physical fitness of high-skill fighters in the final macrocycle at the stage of maximum realization of individual capabilities: Abstract of the dissertation of a candidate of sciences with physical education and sports: 24.00.01. National University of Physical Development and Sports. Kiev, 2007. 20 p.
4. Laty'shev S. V., Shandry'gos` V. I. Freedom Wrestling: Men, Women: [Olympic Reserve Schools, Junior Sports Schools, and Specialty Sports Schools]. Kiev: ASBU, 2011. 95 s.
5. Laty'shev S.V. Special strength training and its means of control in the annual training cycle of qualified fighters: Abstract of the dissertation of a candidate of sciences with physical education and sports: 24.00.01. Lviv State University of Physical Culture. Lviv, 2004. 19 p.
6. Ruchka Ye. Directions for improving the training of young freestyle wrestlers. Slobozhansky scientific and sports newsletter, 6(56), pp. 100-104.
7. Shandry'gos` V. I. Individualization of technical training of young freestyle wrestlers. Sports Science of Ukraine, 2015. Issue 5 (69). S. 44-48.

Надійшла 03.07.2019

ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІВЧАТ – МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НА ПОЧАТКУ НАВЧАННЯ В СПЕЦІАЛІЗОВАНОМУ ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

В. Слюсарчук¹, Н. Панчук²

¹ Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія імені Тараса Шевченка, Україна

² Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

кореспондент-автор – Слюсарчук В.: Slysar4ykv@ukr.net

doi: 10.32626/2227-6246.2019-14.46-50

Вивчали ефективність чинного змісту фізичного виховання дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників у формуванні одного з важливих компонентів їхньої готовності до професійної діяльності, а саме їхньої рефлексії. У зв'язку з цим визначили *мету дослідження*: визначити стан сформованості рефлексії дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників до фізичного самовдосконалення при використанні чинного змісту фізичної активності, реалізованого у визначених формах під час їхнього навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти. Для досягнення такої мети було використано комплекс адекватних методів дослідження, зокрема аналіз, синтез, психодіагностичне тестування за допомогою опитувальника А. В. Крапова, методи математичної статистики. Учасниками були 54 дівчини, вік яких на момент проведення дослідження становив завершення навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти. *Результати*. Вивчення літературних джерел засвідчило відсутність даних про стан сформованості рефлексії до фізичного самовдосконалення у дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників під час їхнього навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти. Проведенням у цьому напрямі дослідженням було встановлено, що у більшості таких дівчат рефлексія до фізичного самовдосконалення відповідає тільки середньому або низькому рівням. При цьому виявлено індивідуальні особливості сформованості такої рефлексії, зокрема одержані оцінки знаходились, переважно на нижній межі означених рівнів. *Висновки*. Традиційні організація, зміст фізичного виховання та способи його реалізації не сприяють формуванню готовності дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників до фізичного самовдосконалення. Це зумовлює необхідність удосконалення характеристик зазначених елементів керування педагогічним процесом.

Ключові слова: фізичне виховання, дівчата, майбутні офіцери-прикордонники, фізичне самовдосконалення, стан сформованості.

Вступ

У структурі професійного становлення військово-службовців і майбутніх офіцерів будь-яких воєнізованих формувань України, а також під час проходження військової служби, одне з провідних місць продовжує посідати фізична підготовка [1; 15; 20; 21].

Повною мірою це стосується дівчат – військово-службовців та майбутніх офіцерів [5; 6; 14]. Підтверджує зазначене інформація Наставови з фізичної підготовки [10, с. 3]: основна мета фізичної підготовки військовослужбовців-жінок є формування і розвиток якостей, що забезпечують високий рівень індивідуальної військово-професійної майстерності сучасного воїна (миттєва оцінка ситуації, швидкість, точність і маневреність дій, фізична і розумова витривалість).

Sliusarchuk V., Panchuk N. General physical preparation of girls – future officers at the beginning of training in a specialized higher education institution

Abstract. Effectiveness of the actual content of physical education of girls – future Customs officers in formation of one of the most important components of their readiness for professional activity, namely their reflection, was studied. In this regard, we determined *the purpose of our study*: to determine the state of reflection of girls - future Customs officers to physical self-improvement by using valid content of physical activity realized in certain forms during their studies in a specialized institution of higher education. To achieve this goal, a set of adequate research methods were used, including analysis, synthesis, psychodiagnostic testing with the help of A.V. Krapov questionnaire, methods of mathematical statistics. The participants were 54 girls whose age at the time of study was completing their studies at a specialized higher education institution. *Results.* A study of literary sources showed that there was no data on the state of the reflection on physical self-improvement of future female Customs officers during their training at a specialized higher education institution. Research conducted in this area has showed that most of these girls have only medium or low reflection on physical self-improvement. At the same time, individual features of the formation of such reflection were revealed, in particular, obtained estimates were located, mainly at lower boundary of the indicated levels. *Conclusions.* Traditional organization, content of physical education and the ways of its realization do not contribute to formation of readiness of girls - future Customs officers for physical self-improvement. This leads to need for improving characteristics to control pedagogical process.

Keywords: physical education, girls, future Customs officers, physical self-improvement, state of formation

Під час навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти розвиток і формування таких та деяких інших характеристик дівчини – майбутнього офіцера-прикордонника значною мірою зумовлене станом розробленості та реалізації організаційних засад і змісту фізичної активності, що реалізується у визначених формах [12; 20; 22].

Наявні дані свідчать, що рівень фізичної підготовленості військовослужбовців-жінок усіх вікових груп є низьким: 50,1 % мають незадовільний стан такої підготовленості, а середні показники розвитку швидкісних якостей та витривалості третьої, четвертої та п'ятої вікових груп не відповідають нормативу на оцінку «задовільно» [3, с. 15]. Згідно даних останніх досліджень [6, с. 108–109] абітурієнтки військо-

вого закладу вищої освіти мають гранично низькі показники при порівнянні з вимогами керівних державних документів. Так, виявлено регресію таких результатів: бігу на 1000 м, що впродовж останніх десяти років знизилася на 39,7 с, з них на 25,5 с протягом останніх 5 років; бігу на 100 м – погіршилися на 1,19 с, з них на 0,3 с протягом останніх 5 років; комплексної силової вправи – погіршилися на 5,4 повторних максимуми, з них на 3,2 – протягом останніх 5 років.

Крім цього, нормативна система для дівчат – майбутніх офіцерів Збройних сил України не мотивує їх до вдосконалення рухових якостей, адже вимоги до фізичної підготовленості при вступі до військового закладу вищої освіти є вищими, ніж протягом подальших років навчання. Динаміка загальної витривалості, м'язової сили та швидкісних якостей має однаковий характер: тенденцію до поліпшення протягом 1–2 років навчання та тенденцію до погіршення протягом 3–4 років навчання; при цьому, результати на початку і наприкінці навчання відрізняються на статистично незначущу величину, тобто протягом усього періоду навчання залишаються на досягнутому раніше рівні вияву.

Іншими словами, фізична активність дівчат – майбутніх офіцерів Збройних сил України, недостатньо ефективна у їхній підготовленості до професійної діяльності. Щодо таких даних, але одержаних у дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників, то вони відсутні. Це не сприяє визначенню стану ефективності чинних організації, формування змісту фізичної активності та його реалізації протягом навчання таких дівчат в спеціалізованому закладі вищої освіти. Зазначене засвідчує існування нерозв'язаної наукової проблеми, а значить потребує досліджень в означеному напрямі.

Матеріал і методи дослідження

Мета дослідження полягала у визначенні стану розвитку основних рухових якостей дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників на початку навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти. У дослідженні взяли участь 54 дівчини, середній вік у вибірці становив $17,4 \pm 0,2$ років. Було виконано вимоги Гельсінської декларації про етичні засади медичних досліджень, що відбуваються за участі людей (WMA (World Medicine Association) Declaration of Helsinki – Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects, 2013). Під час дослідження було використано комплекс адекватних методів дослідження, зокрема загальнонаукові, а саме аналіз, систематизацію, педагогічні (педагогічне тестування), математичної статистики [19; 23].

Тестування проводили у перший місяць навчання дівчат, використовували тести, що дозволяють оці-

нити стан розвитку основних рухових якостей. Так, за допомогою динамометрії кисті провідної руки оцінювали стан розвитку сили м'язів-згиначів кисті такої руки, за допомогою вису на зігнутих руках хватом знизу – стан розвитку статичної силової витривалості м'язів-згиначів плеча. Біг на 100 м з низького старту використовували для оцінювання стану розвитку швидкісної витривалості, стрибок у довжину з місця – розвитку вибухової сили м'язів нижніх кінцівок, нахил уперед сидячи – розвитку рухливості у поперековому відділі хребта, човниковий біг 4x9 м – розвитку координації в циклічних локомоціях, 12-хвилинний біг на максимальну відстань – розвитку аеробної витривалості. Всі використані прилади були сертифіковані метрологічним контролем; тести відповідали існуючим метрологічним вимогам [7; 11] і були обрані з переліку найбільш поширених у практиці наукових досліджень з фізичного виховання різних груп населення [Романенко; Сергієнко].

Результати дослідження

На початку навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти дівчата відзначалися низьким рівнем розвитку більшості досліджуваних рухових якостей (табл. 1). Зокрема, за результатом бігу на 100 м таким рівнем відзначався розвиток швидкісної витривалості, за результатом стрибка у довжину з місця – вибухова сила м'язів нижніх кінцівок, за результатом нахилу вперед сидячи – рухливість у поперековому відділі хребта, за результатом човникового бігу 4x9 м – координація у циклічних локомоціях, за результатом 12-хвилинного бігу на максимальну відстань – аеробна витривалість.

Решта досліджуваних рухових якостей, а саме м'язова сила кисті провідної руки та статична силова витривалість м'язів верхніх кінцівок відзначалися середнім рівнем розвитку: відповідно результат у кистьовій динамометрії склав $22,4 \pm 0,37$ кг, у висі на високій перекладні зігнутими у ліктьових суглобах руками – $16,22 \pm 0,95$ с. У першому випадку за наявним нормативами оцінки середньому рівню відповідає результат, що знаходиться у межах 22–28 кг, у другому випадку – в межах 14,0–17,9 с.

Узагальнюючи одержані дані можна відзначити, що на початку навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти дівчата – майбутні офіцери-прикордонники відзначалися дуже низьким рівнем фізичної підготовленості. Підтверджувало зазначене, передусім відсутність рухових якостей, рівень розвитку яких відповідав би високому або, щонайменше вищому від середнього рівням.

Динаміка показників загальної фізичної підготовленості дівчат – майбутніх офіцерів у перший рік навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти (n=54)

Показник	На початку 1-го року навчання		Відповідність певній нормативній вимозі (рівень і межі значень)		
	\bar{x}_1	m	1	2	3
Біг 100 м, с	17,67	0,13	16,8 – низький		
Динамометрія кисті провідної руки, кг	22,4	0,37		22–28 – середній (с. 182)	20,58–23,66 – середній (с. 322)
Стрибок у довжину з місця, см	181,5	1,41	185 і менше – низький		
Нахил уперед сидячи, см	12,7	0,38	16 і менше – низький		11,73–16,44 – середній (с. 303)
Човниковий біг 4x9 м, с	11,71	0,06	10,6 і більше – низький		11,93–11,27 – нижчий від середнього (с. 290)
12-хвилинний біг, м	1873,1	16,5		1976–2395 – низький (с. 156)	
Вис на зігнутих руках, с	16,22	0,95		14–17,9 – середній (с. 165)	

П р и м і т к а. Позначено для дівчат і юнаків 16-17 років: «1» – обов'язковий комплексний тест оцінки фізичної підготовленості [2, с. 40]; «2» – інформація про нормативи різних авторів із співав [8, с. 156–182]; «3» – розробка дослідника [17, с. 290–322]

Дискусія

На сучасному етапі підготовки офіцерів усіх воєнізованих формувань в Україні їхня фізична підготовленість продовжує залишатись одним із визначальних компонентів їхньої готовності до високоякісної професійної діяльності [1; 15; 20; 21]. У випадку підготовки дівчат зазначене є абсолютно ідентичним [5; 6; 14; 16]. Це дозволяє деяким дослідникам рекомендувати зміст фізичної підготовки, організаційно-методичні основи якого не відрізняються від визначеного для чоловіків – майбутніх офіцерів. Зокрема, дані вивчення досвіду фізичної підготовки жінок-військовослужбовців у зарубіжних арміях засвідчують два підходи до її організації та проведення: реалізується спільно з чоловіками, а відмінності пов'язані тільки з нормативними вимогами та обмеженням застосовувати деякі фізичні вправи; фізична підготовка здійснюється більш специфічними засобами, методами та має виразні організаційні особливості [6, с. 16]. Не зупиняючись на аналізі цих підходів відзначимо тільки, що на сучасному етапі дівчата, які розпочинають навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти, відзначаються низькими показниками фізичної підготовленості. Це не сприяє досягненню ними високих результатів у навчальній діяльності взагалі, фізичному вихованню зокрема, в тому числі у вирішенні завдань із поліпшення психофізіологічних характеристик, розумової працездатності, стану здоров'я, передусім фізичного й психічного.

Такий висновок зумовлюється даними, що засвідчують суттєвий позитивний вплив фізичного виховання на означені характеристики військовослужбовців, майбутніх та чинних офіцерів різних родів військ збройних сил, інших воєнізованих формувань [1; 15].

У нашому випадку одержані результати пов'язували з недоліками у фізичному вихованні, що реалізовувалось під час навчання дівчат у старшій школі. Першочергово до цих недоліків віднесли відсутність належної уваги до формування мотивації дівчат систематично здійснювати фізичну активність у вільний від навчання час. Інші недоліки пов'язували з необов'язковим характером тестового контролю за фізичною підготовленістю, що є важливим засобом оптимізації параметрів розвивальних навантажень і стимулювання дівчат до фізичної активності, а також із заниженими нормативами оцінки їхньої фізичної підготовленості. Незважаючи на фрагментарність, підтверджували зазначене дані деяких інших дослідників [12; 22].

Водночас зазначається [2; 17], що тестовий контроль забезпечує можливість визначити поточні можливості учня та виходячи з цього запропонувати йому оптимальні параметри фізичного навантаження, що є особливо важливим у випадку, коли учень використовує їх тільки під час уроків фізичної культури. Крім цього, знання своїх поточних можливостей є одним із потужних чинників стимулювання учня (студента) до додаткової фізичної активності для поліпшення результатів [4; 9; 18].

З іншого боку необхідно відзначити відсутність належної уваги дослідників до питання вдосконалення нормативів оцінки фізичної підготовленості для вікової категорії хлопців і дівчат, які є учнями старшої школи та закладів вищої освіти. Зокрема, на сучасному етапі під час оцінювання фізичної підготовленості не враховуються нові наукові положення, а розроблена і рекомендована для впровадження у практику система контролю розвитку рухових якостей не сприяє корекції поточних параметрів навантажень, реалізації й успішному вирішенню виховних та оздоровчих завдань, що визначені державою [17, с. 6].

Отже, необхідно враховувати низьку фізичну підготовленість дівчат, які розпочали навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти, під час занять з фізичного виховання та інших форм фізичної активності. У зв'язку з таким станом підготовленості необхідно також оптимізувати зміст фізичного виховання та вдосконалити підходи до його реалізації протягом кожного року навчання.

Висновки

1. На сучасному етапі практично невивченим залишається питання стану фізичної підготовленості дівчат – майбутніх офіцерів на різних етапах навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти.

2. Розвиток більшості основних рухових якостей у дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників, які розпочали навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти, згідно наявної інформації дослідників про їхні нормативи оцінки знаходиться на низькому рівні. Виключення становить тільки м'язова сила за результатом кистьової динамометрії провідної руки та статична силова витривалість за результатом вису на зігнутих руках, адже їхній розвиток відповідає середньому рівню.

3. Виявлений стан фізичної підготовленості зумовлює необхідність коригування, передусім параметрів навантажень, а також певною мірою змісту фізичного виховання для підвищення його ефективності у вирішенні визначених для цього процесу завдань.

Подальші дослідження необхідно спрямувати на вивчення щорічної зміни показників фізичної підготовленості дівчат – майбутніх офіцерів різних воєнізованих формувань, встановлення схожих тенденцій і особливостей для вдосконалення підходів до організації, формування змісту і його реалізації на заняттях з фізичного виховання під час кожного року їхнього навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів.

Література та джерела

1. Анохін Є. Д. Фізична підготовка в арміях провідних країн НАТО: навч.-метод. посібник. Львів: ЛВІ, 2005. 115 с.
2. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посібник. Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2002. 384 с.
3. Боярчук О. М. Фізична підготовка жіночого контингенту Збройних сил України в системі професійної діяльності: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Львівський держ. ун-т фіз. культури. Львів, 2010. 20 с.
4. Вороніцький В. Б., Єдинак Г. А. Організація і методика занять студенток пауерліфтингом: навч. посібник. Кам-Под.: Рута, 2017. 120 с.
5. Деркач О. В. Про посилення гендерного чинника в Державній Прикордонній Службі України. Реалізація гендерної політики на сучасному етапі розвитку суспільства: стан, проблеми, перспективи: тези доповідей Міжнародної конф. (25 квітня 2018). Хмельницький: Видавництво НаДпсу, 2018. С. 97–100.
6. Добровольський В. Б. Удосконалення фізичної підготовки курсантів-жінок вищих військових навчальних закладів: дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту. 24.00.02. Військовий інститут Київського нац. у-ту імені Тараса Шевченка. Київ, 2018. 230 с.
7. Костюкевич В. М. Спортивна метрологія: навч. посібник. Вінниця: «Вінниця», 2001. 183 с.
8. Круцевич Т. Ю., М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посібник. Київ: Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
9. Кубай Г. В., Мисів В. М., Єдинак Г. А. Залучення студентів медичного коледжу до рухової активності: навч. посіб. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2016. 160 с.
10. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-2014). Київ: Міністерство оборони України, 2014. 158 с.
11. Носко М. О., С. В. Гаркуша, І. А. Бріжата. Метрологічний контроль у фізичному вихованні і спорті: навч. посібник. Київ: «МП Леся», 2012. 264 с.
12. Особливості фізичної підготовки військовослужбовців-жінок: навч.-метод. посібник. За ред. Л. М. Кізла, І. А. Боринського, С. Романчука. Київ: УФП ЗСУ, 2008. 136 с.
13. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей: монография. Germany: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2013. 289 с.
14. Романчук С. В., Боярчук О. М. Фізична підготовка жіночого контингенту Збройних Сил України: навч. метод. посіб. Житомир: ЖВІ НАУ, 2008. 160 с.
15. Романчук С. В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних сил України: монографія. Львів: АСВ, 2012. 367 с.
16. Селіванова О. В. Формування професійної готовності курсантів-дівчат до прикордонної служби: дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Національна академія держ. прикордонної служби України ім. Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2006. 196 с.
17. Сергієнко В. М. Система контролю рухових здібностей студентської молоді: теорія і методологія фізичного виховання: монографія. Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 392 с.
18. Сцісловський С. В., Єдинак Г. А., Василюк В. В. Організація та методика розвивальних занять з фізичної культури для старшокласників: навч. посібник. Кам-Под.: Рута, 2017. 123 с.
19. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: Рута, 2012. 280 с.
20. Duncan, A. G. (2016). The military education of junior officers in the Edwardian Army. Birmingham: History Department College of Arts and Law University.
21. Melnykov, A., Iedynak, G., Galamandjuk, L., Blavt, O., Duditska, O., Koryagin, V., Balatska, L., Mazur, V. (2018). Factors that influence change in cadets' physical preparation during the first half of study at the military academy. Journal of Physical Education and Sport, 18(2), 781-786. doi:10.7752/jpes.2018.02115
22. Sliusarchuk, V., Iedynak, G. (2015). Physical education of future woman-officers of the state border service for formation of readiness to physical self-development at academy education as a pedagogical problem. J of Education, Health and Sport, 5(7), 690–698. doi: http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2539671
23. Vincent, W. J. (2005). Statistic in kinesiology, 3rd ed. Champaign IL: Human Kinetics, Inc.

Reference

1. Anokhin, Ye. D. (2005), *Fizychna pidhotovka v armiyakh providnykh krayin NATO* [Physical training in the armies of leading NATO countries]. LVI, Lviv, 115 p. [in Ukraine].
2. Arifev, V. G., Iedynak, G. A. (2002), *Fizychna kul'tura v shkoli (molodomu spetsialistu)* [Physical education at school (young specialist)]. Alphabet-Nova, Kamianets-Podilskyi, 384 p. [in Ukraine].
3. Boyarchuk, O. M. (2010), *"Fizychna pidhotovka zhinochoho kontynhentu Zbroynykh syl Ukrainy v systemi profesiyanoi diyal'nosti"* [Physical training of the female contingent of the Armed Forces of Ukraine in the system of professional activity]: author. diss. Sciences of Phys. education and sports: 24.00.02. Lviv State University of Physical Culture. Ivano-Frankivsk. Lviv, 20 p. [in Ukraine].
4. Voronetskiy, V. B., Iedynak, G. A. (2017), *Orhanizatsiya i metodyka zanyat' studentok pauerliftyhom* [Organization and methodology of powerlifting students' training]. Ruta, Kamianets-Podilskyi, 120 p. [in Ukraine].
5. Derkach, O. V. (2018), *"Pro posylennya gendernoho chynnyka v Derzhavniy Prykordonnii Sluzhbi Ukrainy"* [Gender Enhancement in the State Border Guard Service of Ukraine]. *Implementation of gender policy at the present stage of society development: state, problems, prospects*. Abstracts of International Conf. (April 25, 2018). NaDPS Publishing House Khmelnytsky, pp. 97–100, [in Ukraine].
6. Dobrovolsky, V.B. (2018), *"Udoskonalennya fizychnoyi pidhotovky kursantiv-zhinok vyshchyykh viys'kovykh navchal'nykh zakladiv"* [Improvement of physical training of female cadets at higher military educational establishments]: dissertation ... Cand. Sciences in Phys. education and sports: 24.00.02. Military Institute of Kyiv Nat. in the name of T. Shevchenko. Kyiv, 230 p. [in Ukraine].
7. Kostyukevich, V. M. (2001), *Sportyvna metrolohiya* [Sports metrology]. "Vinnytsia", Vinnytsia, 183 p. [in Ukraine].
8. Krutsevich, T. Yu., Vorobyov, M. I., Bezverkhnya, G. V. (2011), *Kontrol' u fizychnomu vykhovanni ditey, pidlitkiv i molodi* [Control in the physical education of children, adolescents and young people]. Olymp. I-ra, Kyiv, 224 p. [in Ukraine].
9. Kubai, G. V., Misyy, V. M., Iedynak, G. A. (2016), *Zaluchennya studentiv medychnoho koledzhu do rukhovoyi aktyvnosti* [Involvement of medical college students in motor activity]. Printing House Ruta, Kamianets-Podilskyi, 160 p. [in Ukraine].
10. *Nastanova z fizychnoyi pidhotovky u Zbroynykh Sylakh Ukrainy (NFP-2014)* [Physical Training Manual in the Armed Forces of Ukraine (NFP-2014)]. Ministry of Defense of Ukraine, Kyiv. 158 p. [in Ukraine].
11. Nosko, M. O., Garkusha, S. V., Brizhat, I. A. (2012), *Metrolohichnyy kontrol' u fizychnomu vykhovanni i sporti* [Metrological Control in Physical Education and Sport]. MP Lesya, Kyiv, 264 p. [in Ukraine].
12. *Osoblyvosti fizychnoyi pidhotovky viys'kovosluzhbovtiv-zhinok* (2008), [Features of physical training of women servicemen]. Za red. L. M. Kizlo, I. A. Boryns'koho, S. Romanchuka. UFP ZSU, Kyiv, 136 p. [in Ukraine].
13. Romanenko, V. A. (2013), *Dyahnostyka dvyhate'nykh sposobnostey* [Diagnosis of motor abilities]. LAP LAMBERT Academic Publishing, Germany, 289 p. [in Russia].
14. Romanchuk, S. V., Boyarchuk, O. M. (2008), *Fizychna pidhotovka zhinochoho kontynhentu Zbroynykh Syl Ukrainy. Zhytomyr* [Physical training of the female contingent of the Armed Forces of Ukraine]. ZHVI NAU, Zhytomyr, 160 p. [in Ukraine].
15. Romanchuk, S. V. (2012), *Fizychna pidhotovka kursantiv viys'kovykh navchal'nykh zakladiv Sukhoputnykh viys'k Zbroynykh syl Ukrainy* [Physical training of cadets of military educational establishments of the Land Forces of the Armed Forces of Ukraine]. ACS, Lviv, 367 p. [in Ukraine].
16. Selivanova, O. V. (2006), *Formuvannya profesiyanoi hotovnosti kursantiv-divchat do prykordonnoyi sluzhby* [Formation of professional readiness of cadets-girls for border service]: dis ... Cand. ped. Sciences: 13.00.04. National Academy of State of the Border Guard Service of Ukraine. Bohdan Khmelnytsky. Khmelnytsky, 196 p. [in Ukraine].
17. Sergienko, V. M. (2015), *Systema kontrolyu rukhovyykh zdibnostey student-s'koyi molodi: teoriya i metodolohiya fizychnoho vykhovannya* [The system of control of motor abilities of student youth: theory and methodology of physical education]. SS SSU named after AS Makarenko, Sumy, 392 p. [in Ukraine].
18. Stsislovsky, S. V., Iedynak, G. A., Vasilyniuk, V. V. (2017), *Orhanizatsiya ta metodyka rozvyval'nykh zanyat' z fizychnoyi kul'tury dlya starshoklasnykiv* [Organization and methodology of developmental training in physical culture for high school students]. Ruta, Kamianets-Podilskyi, 123 p. [in Ukraine].
19. Shiyani, B. M., Iedynak, G. A., Petryshyn, Yu. V. (2012), *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports], PE Oyum Publishing House, Kamianets-Podilskyi. 280 p. [in Ukraine].
20. Duncan, A. G. (2016). *The military education of junior officers in the Edwardian Army*. Birmingham: History Department College of Arts and Law University.
21. Melnykov, A., Iedynak, G., Galamandjuk, L., Blavt, O., Duditska, O., Koryagin, V., Balatska, L., Mazur, V. (2018). Factors that influence change in cadets' physical preparation during the first half of study at the military academy. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 781–786. doi:10.7752/jpes.2018.02115
22. Sliusarchuk, V., Iedynak, G. (2015). Physical education of future woman-officers of the state border service for formation of readiness to physical self-development at academy education as a pedagogical problem. *J of Education, Health and Sport*, 5(7), 690-698. doi: http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2539671
23. Vincent, W. J. (2005). *Statistic in kinesiology, 3rd ed.* Champaign IL: Human Kinetics, Inc.

Надійшла 04.07.2019

НАШІ АВТОРИ

- Blavt O.**, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Lviv Polytechnic National University, Lviv, Ukraine.
- Koryahin V.**, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Lviv Polytechnic National University, Lviv, Ukraine.
- Tsjovh L.**, PhD in Science in Physical Education and sport, Lviv Polytechnic National University, Lviv, Ukraine.
- Андрійчук О.**, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри здоров'я людини та фізичної терапії Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, м. Луцьк, Україна.
- Белікова Н. О.** доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії фізичного виховання, фітнесу та рекреації Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, м. Луцьк, Україна.
- Богуш А. М.**, дійсний член НАПН України, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і методики дошкільної освіти Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського, м. Одеса, Україна.
- Боднар А. О.**, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Воронецький В. Б.**, кандидат педагогічних наук, викладач кафедри легкої атлетики з методикою викладання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, заслужений тренер України з пауерліфтингу, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Галаманжук Л. Л.**, доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри теорії та методики дошкільної освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Єдинак Г. А.**, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Заїкін А. В.**, кандидат педагогічних наук, доцент Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, заслужений тренер України з пауерліфтингу, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Носко М. О.**, дійсний член (академік) НАПН України, доктор педагогічних наук, професор, ректор Національного університету «Чернігівський колегіум імені Т. Г. Шевченка», Україна.
- Панчук Н. П.**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Петров А. О.**, кандидат педагогічних наук, викладач кафедри спорту і спортивних ігор Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Подубінська С. В.**, аспірант Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, м. Луцьк, Україна.
- Прозар М. В.**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри спорту і спортивних ігор Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Рябцев С. П.**, викладач кафедри фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Слюсарчук В. В.**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії імені Тараса Шевченка, м. Кременець, Україна.
- Солопчук Д. М.**, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Стасюк І. І.**, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спорту і спортивних ігор, декан факультету фізичної культури Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
- Чобітько М. Г.**, доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка м. Кам'янець-Подільський, Україна.

Наукове видання

ВІСНИК

**Кам'янець-Подільського національного університету
імені Івана Огієнка**

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

**Збірник наукових праць
випуск 14, 2019**

*Редакційна колегія залишає за собою право відхиляти матеріали,
що не відповідають вимогам до фахових видань або вносити корективи*

За зміст і достовірність інформації відповідальність несуть автор та співавтори

Формат 60x84/8. Ум. друк. арк. 6,05.
Тираж 300 пр. Зам. № 950.

Друк: ПП «Аксиома».
вул. Симона Петлюри, 30а, м. Кам'янець-Подільський, 32300.
Тел./факс: (03849) 3 90 06, (067) 381 29 43.
E-mail: aksiomaprint@ukr.net, sales@aksioma.org.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 1808 від 26.05.2004.