

**Міністерство освіти і науки України  
Запорізький національний університет**

Заснований  
у 1997 р.

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого  
засобу масової інформації  
Серія КВ№ 15436-4008 ПР,  
22 червня 2009 р.

**Адреса редакції :**

Україна, 69600,  
м. Запоріжжя, МСП-41,  
вул. Жуковського, 66

# **В і с н и к**

**Запорізького національного  
університету**

**Фізичне виховання та спорт**

**Телефони**

для довідок:  
(061) 228-75-21

**№ 1, 2019**

**Запоріжжя 2019**

Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових статей. Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2019. № 1. 162 с.

Затверджено постановою президії ВАК України від 16 травня 2016 р № 515 як наукове фахове видання в галузі «Фізичне виховання та спорт», у якому можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук.

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet вченою радою ЗНУ (протокол засідання № 9 від 23.05.2019 р.)

## РЕДАКЦІЙНА РАДА

- |                                     |   |   |
|-------------------------------------|---|---|
| Головний редактор                   | – | Маліков Микола Васильович, доктор біологічних наук, професор    |
| Заступник<br>головного<br>редактора | – | Богдановська Надія Василівна, доктор біологічних наук, професор |
| Відповідальний<br>редактор          | – | Коваленко Юлія Олексіївна, кандидат педагогічних наук, доцент   |

## РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

- |                 |   |   |
|-----------------|---|---|
| Бріскін Ю.А.    | – | доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор (Україна) |
| Дорошенко Е.Ю.  | – | доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент (Україна)   |
| Кашуба В.О.     | – | доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор (Україна) |
| Клопов Р.В.     | – | доктор педагогічних наук, професор (Україна)                    |
| Конох А.П.      | – | доктор педагогічних наук, професор (Україна)                    |
| Кузнецов А.О.   | – | кандидат біологічних наук, доцент (Україна)                     |
| Кузьміна Л.І.   | – | кандидат педагогічних наук, доцент (Республіка Білорусь)        |
| Лизогуб В.С.    | – | доктор біологічних наук, професор (Україна)                     |
| Маковецька Н.В. | – | доктор педагогічних наук, професор (Україна)                    |
| Москаленко Н.В. | – | доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор (Україна) |
| Мулик В.В.      | – | доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор (Україна) |
| Савченко В.Г.   | – | доктор педагогічних наук, професор (Україна)                    |
| Святьєв А.В.    | – | доктор педагогічних наук, професор (Україна)                    |
| Тищенко В.О.    | – | доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент (Україна)   |
| Фурманов О.Г.   | – | доктор педагогічних наук, професор (Білорусь)                   |

## ЗМІСТ

### РОЗДІЛ І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

<b>Верховська М. В.</b>	КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ Й РІВНІ ГОТОВНОСТІ ВИКЛАДАЧА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ВИЩОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ .....	5
<b>Верховська М. В., Газаєв В. Н.</b>	ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ РУХОВИХ НАВИЧОК ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАСОБАМИ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ .....	11
<b>Гринько В. М.</b>	ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ВПЛИВУ ЗАНЯТЬ АЕРОБНОГО ХАРАКТЕРУ НА ЗАГАЛЬНУ ВИТРИВАЛІСТЬ СТУДЕНТІВ У ГРУПАХ ЗІ СПОРТИВНОЮ СПРЯМОВАНІСТЮ .....	19
<b>Зігунов В. М.</b>	ФОРМУВАННЯ ФАХОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ЕКОЛОГІЧНОГО ТУРИЗМУ .....	25
<b>Крюков Ю. М., Товстоп'ятко Ф. Ф.</b>	ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ЗАГАРТОВУВАННЯ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ .....	32
<b>Остапенко Г. А.</b>	ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ .....	35
<b>Остапенко Г. О., Дорошенко В. В., Федорович Л. А.</b>	ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ 5-7 РОКІВ ЗАСОБАМИ ДИТЯЧОГО ФІТНЕСУ .....	43
<b>Пономарьов В. О., Коваленко Ю. О., Сорока І. Г.</b>	ВПЛИВ ТРЕНУВАНЬ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК І ФУНКЦІОНАЛЬНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЮНАКІВ ТА ДІВЧАТ В УМОВАХ ПОЗАШКІЛЬНОЇ СПОРТИВНОЇ СЕКЦІЇ.....	49
<b>Чередниченко І. А., Брухно Е. Л., Корж Н. Л.</b>	ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗНУ .....	ОШИБКА! ЗАКЛАДКА НЕ ОПРЕДЕЛЕНА.

### РОЗДІЛ ІІ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

<b>Верховська М. В.</b>	ВИКОРИСТАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПЕТЕЛЬ «ТРХ» У ЛІКУВАЛЬНІЙ ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ В СТУДЕНТІВ
-------------------------	--

СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ З ПОРУШЕННЯМ ПОСТАВИ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩОМУ ЗАКЛАДІ ОСВІТИ.....	63
---	----

**Іванська О. В.**

ЗАСТОСУВАННЯ КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ В ДІТЕЙ З ДИТЯЧИМ ЦЕРЕБРАЛЬНИМ ПАРАЛІЧЕМ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ.....	71
--	----

**Марченко В. О., Дорошенко В. В.**

ОРТОПЕДИЧНІ ІГРИ ТА НЕСТАНДАРТНЕ ОБЛАДНАННЯ В ПРОГРАМІ КОРЕКЦІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ НЕДОСТАТНОСТІ СТОПИ В ДІТЕЙ 5-6 РОКІВ В УМОВАХ СПЕЦІАЛІЗОВАНОГО БУДИНКУ ДИТИНИ .....	76
---	----

### **РОЗДІЛ III. ОЛІМПІЙСЬКИЙ І ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ**

**Гальченко Л. В., Дядечко І. Є., Горох О. О.**

РОЛЬ І ЗНАЧЕННЯ ВБОЛІВАЛЬНИКІВ У СТРУКТУРІ СПОРТИВНОЇ ІНДУСТРІЇ.....	84
---	----

**Горбуля В. О., Горбуля В. Б., Горбуля О. В.**

ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ТАКТИЧНИХ ДІЙ У НАПАДІ БАСКЕТБОЛІСТІВ 14-15 РОКІВ У ДЮСШ .....	92
---	----

**Димова А. М., Димов К. В., Димов А. В.**

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МАКСИМАЛЬНОЇ СИЛИ В ЮНАКІВ 15-16 РОКІВ В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ .....	101
--	-----

**Клочко Л. І., Віндюк О. В.**

ВПЛИВ ГІРСЬКОЇ ПІДГОТОВКИ НА ТРЕНУВАЛЬНИЙ ПРОЦЕС БІГУНОК-МАРАФОНІВ ВИЩОГО СВІТОВОГО РІВНЯ.....	109
---	-----

**Крюков Ю. М., Дядечко І. Є., Белоус М. А.**

ПЛАНУВАННЯ ІНТЕНСИВНОСТІ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНІЙ РОБОТІ .....	116
--	-----

**Куксова А. С., Самоленко Т. В., Гамов В. Г., Черепов О. В.**

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ТЕСТУВАННЯ СТУДЕНТІВ-ВОЛЕЙБОЛІСТІВ У ПІДГОТОВЧИЙ ПЕРІОД .....	120
--	-----

**Петрушевський Є. І.**

СПЕЦИФІКА ФРАНЦУЗЬКОЇ МОДЕЛІ СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ .....	125
---	-----

**Сундукова І. В.**

СКЛАДОВІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ГІМНАСТІВ ДО ЗМАГАНЬ .....	132
--	-----

**Тищенко В. О., Парлаг Д. А., Тищенко Д. Г.**

УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ БОРЦІВ ВІЛЬНОГО СТИЛЮ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	139
--	-----

**Черненко О. Є., Сердюк Д. Г., Черненко А. Є., Лукіна К. М.**

ВПЛИВ РЕГУЛЯРНИХ ЗАНЯТЬ ТХЕКВОНДО НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ТА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ХЛОПЦІВ 6-8 РОКІВ .....	146
--	-----

**ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ СТАТЕЙ**

У «ВІСНИК ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ» ЗА ФАХОМ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ» .....	159
---	-----

## РОЗДІЛ І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

УДК 378: 796.071.4

### КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ Й РІВНІ ГОТОВНОСТІ ВИКЛАДАЧА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ВИЩОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

**Верховська М. В.**

*72310, Таврійський державний агротехнологічний університет,  
м. Мелітополь, пр. Б. Хмельницького, 18, Україна*

fvs@tsatu.edu.ua

**Ключові слова:**

*фізкультурно-оздоровчі технології,  
критерій, показник, рівень, фізичне  
виховання*

Наведено критерії, показники й рівні готовності викладача фізичного виховання вищого закладу освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. У сучасній освіті закономірним виявляється рух викладачів фізичного виховання до використання фізкультурно-оздоровчих технологій на практичних заняттях фізичним вихованням, зміна концепції спортивної орієнтації фізичної культури на оздоровчу, що спрямовується на створення варіативних форм, розробку та апробацію нових технологій тощо. Отже, для викладачів фізичного виховання набуває чинності постійне підвищення якості професійної підготовки та підвищення кваліфікації у зв'язку з сучасними запитами та тенденціями розвитку напрямів високоефективних, привабливих напрямів фізичної активності. Загальними компонентами готовності викладача фізичного виховання вищого закладу освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності є мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-рефлексивний, особистісний, фізичний компоненти. Компонентів може бути більше, це залежить від професійної специфіки викладача фізичного виховання, програмування практичних занять, технічно-матеріальної бази. Упровадження фізкультурно-оздоровчих технологій не змінюють логіки навчально-виховного процесу, але відмінюють жорстку нормативність і авторитарність навчальних програм з фізичного виховання, формують позитивну мотивацію до предмета «фізичне виховання», сприяють оздоровчому і тренувальному ефекту, коригують стан здоров'я всіх учасників цього процесу. Посилення спрямованості виховання на опанування постійного підвищення якості професійної підготовки, підвищення кваліфікації викладачів фізичного фізкультурно-оздоровчих технологій у системі вищої освіти є актуальною проблемою. Особливо такі можливості мають міжфакультативні кафедри фізичного виховання вищих закладів освіти, навчальні програми яких базуються на практичних заняттях та на тренувальних процесах.

---

### CRITERIA, INDICATORS AND LEVEL OF READINESS OF THE STUDENT OF PHYSICAL EDUCATION IN THE HIGHER EDUCATION UNIT TO THE USE OF PHYSICAL AND HEALTH TECHNOLOGIES IN PROFESSIONAL ACTIVITIES

**Verkhovskaya M.**

*72310, Tavria State Agrotechnological University, Melitopol, B.Khmelnytsky ave, 18, Ukraine*

fvs@tsatu.edu.ua

**Key words:**

*physical culture and health  
technologies, criterion, indicator,  
level, physical education.*

The article presents the criteria, indicators and levels of readiness of the teacher of physical education of the higher educational institution for the use of physical culture and health technologies in professional activity. In modern education, the movement of teachers of physical

education to the use of physical culture and health technologies in practical classes by physical education, the change of the concept of sports orientation of physical culture for health improvement, which is aimed at creating variational forms, development and testing of new technologies, etc., is logical. Thus, for teachers of physical education, the constant improvement of the quality of professional training and advanced training in connection with the current demands and trends in the development of areas of highly effective and attractive areas of physical activity becomes effective. The general components of the readiness of the teacher of physical education of the higher educational establishment to the use of physical culture and recreational technologies in the professional activity are motivational, cognitive, activity-reflexive, personal, and physical components. The components may be more, it depends on the specialty of the teacher of physical education, programming of practical classes, technical and material basis. The introduction of physical culture and health technologies does not change the logic of the educational process, but abolishes the rigid normativity and authoritarianism of physical education curricula, forms a positive motivation for the subject «physical education», promotes the health and training effect, correct the health of all participants in this process. Strengthening the focus of education to master the continuous improvement of the quality of vocational training, the improvement of the qualifications of teachers of physical fitness and health technologies in the system of higher education is an urgent problem. Especially such opportunities exist between facultative departments of physical education of higher educational institutions, whose curricula are based on practical classes and on training processes.

### Постановка проблеми

Українське суспільство набуває інтенсивного розвитку, світоглядні позиції стосовно навчання, освіти набувають динамічних змін. Отже, система фізичного виховання у вищих закладах освіти теж інтегрувала з вітчизняної системи до загальноєвропейської; для викладачів фізичного виховання набуває чинності постійне підвищення якості професійної підготовки та підвищення кваліфікації у зв'язку з сучасними запитами та тенденціями розвитку напрямів високоефективних, привабливих напрямів фізичної активності.

Вектор діяльності викладача фізичного виховання вищого закладу освіти спрямовано на оздоровчу фізичну культуру, яскраво забарвлену професійною специфікою спорту вищих досягнень, але через відсутність жорсткої нормативності методи та методики набувають прикладного значення, присутній позитивний емоційний фон. Значний інтерес у цьому контексті становлять фізкультурно-оздоровчі технології, де здоров'яформувальні та здоров'язбережувальні підходи взаємопов'язані та доповнюють один одного.

### Аналіз останніх досліджень і публікацій

Аналіз літературних джерел з проблеми дослідження засвідчує увагу науковців до різних аспектів професійної підготовки спеціалістів фізичної культури. Так, питання гуманізації педагогічної діяльності висвітлено в наукових працях А. В. Суценка, Н. Є. Щуркової та ін.; особливості професійної підготовки учителів фізичної культури розглянуто П. Б. Джурицьким, Л. П. Суценко, Є. А. Захаріною та ін.; роль учителя фізичної культури в організації самостійних занять фізичними вправами розкрито в наукових працях А. В. Віндюка, О. Л. Благій, А. М. Сітовського та ін.; використання різновидів оздоровчих технологій відбито в дисертаціях Г. В. Глоби, Є. З. Добродуб, О. Я. Кібальник та ін.; пошуки нових підходів до складання фізкультурно-оздоровчих програм оздоровчої орієнтації схарактеризовано Л. Я. Іващенко, Ю. А. Усачовим та ін.; моделі перспективних фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні викладено в публікаціях Н. В. Москаленко, Ю. М. Фурмана; освітні технології вчителя в умовах євроінтеграції педагогічної освіти розкрито О. М. Пехотою, А. М. Старевою та

ін; різні аспекти педагогічної майстерності подано в науково-методичних працях Л. В. Заніної, Н. П. Меньшикової, Т. І. Сущенко та ін.

### **Формулювання мети і завдань дослідження**

Завдання статті – визначити критерії, показники й рівні готовності викладача фізичного виховання вищого закладу освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. Використано такі методи дослідження, як аналіз, синтез, узагальнення, порівняння, індукція, дедукція, систематизація довідникової, наукової й науково-методичної літератури.

### **Виклад основного матеріалу дослідження**

Оцінювання готовності викладача фізичного виховання вищого закладу освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності відбувається критеріально-рівневими інструментаріями компонентів цієї готовності.

На основі проведеного аналізу української й зарубіжної науково-педагогічної літератури схарактеризовано понятійну конструкцію дослідження «фізкультурно-оздоровча технологія». Отже, фізкультурно-оздоровча технологія – раціональний спосіб цілеспрямованої взаємодії учасників педагогічного процесу, в основу якого покладено різновиди рухової діяльності, що спрямовані на отримання максимально можливого оздоровчого ефекту, реалізацію потреби людини в русі, здоров'ї та дбайливому ставленні до нього через свідоме регулювання фізичної активності [2; 3].

Загальними компонентами готовності викладача фізичного виховання вищого закладу освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності є мотиваційний компонент, когнітивний компонент, діяльнісно-рефлексивний компонент, особистісний компонент, фізичний компонент. Компонентів може бути більше, це залежить від професійної специфіки викладача фізичного виховання,

програмування практичних занять, технічно-матеріальної бази. Розглянемо детальніше кожен з компонентів [4; 6; 11].

Мотиваційний компонент готовності викладачів фізичного виховання вищих закладів освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності відображає відповідну психологічну готовність, визначає ставлення викладачів до освіти у вищому закладі освіти, прагнення опанувати обрану спеціальність, розуміння ним педагогічних завдань, усвідомлення відповідальності, бажання досягти успіху в реалізації фізкультурно-оздоровчих технологій, інтерес до фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчих технологій зокрема, наполегливість у реалізації своїх професійних планів. З огляду на те, що основою будь яких дій, є мотивація, мотиваційний компонент займає домінуючу позицію, тому що активує прояв інших компонентів.

Професійна діяльність викладачів фізичного виховання з використанням фізкультурно-оздоровчих технологій висуває підвищені вимоги до освітньої підготовки. Отже, когнітивний компонент готовності викладачів фізичного виховання вищих закладів освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності забезпечує їхню науково-теоретичну готовність, що характеризують такі групи як: психолого-педагогічні, медико-біологічні, спеціальні (щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій) [9; 13].

Варто зазначити, що використання фізкультурно-оздоровчих технологій являє собою практичну фізкультурно-оздоровчу діяльність викладача фізичного виховання, яка потребує значної рухової ерудиції, варіативності вправ, що спрямовані на розвиток витривалості, швидкості, сили, гнучкості, координаційних здібностей; опанування вправ танцювальних напрямів, фізичних вправ з єдиноборств, вправ таких специфічних напрямів фізкультурно-оздоровчих технологій як йога, пілатес тощо; вмінням швидко переключати увагу з одного виду рухової діяльності на інший.

Усю різноманітність діапазону практичних умінь відображає діяльнісно-рефлексивний компонент. Крім того, рефлексивні вміння викладача фізичного виховання необхідні для того, щоб уміти критично аналізувати й оцінювати педагогічні ситуації щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій залежно від конкретизації завдання, що враховує статові особливості студентів, їхні мотиваційні інтереси щодо традиційних або нетрадиційних видів занять фізичним вихованням, наявність студентів з основної, спеціальної медичної та підготовчої груп тощо.

Особистісний компонент готовності викладачів фізичного виховання вищих закладів освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності характеризує відповідна психофізіологічна готовність. Психофізіологічна готовність передбачає наявність відповідних передумов для оволодіння педагогічною діяльністю, формування професійно значущих особистісних якостей, отже, посідає важливе місце у формуванні готовності викладачів фізичного виховання вищих закладів освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. Професійна діяльність викладачів фізичного виховання щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій висуває певні вимоги до нейродинаміки. Викладач повинен уміти концентрувати увагу, володіти високою працездатністю, бути активним, відчувати час, простір, організовувати та спрямовувати зусилля, мати гарну пам'ять тощо, при всьому цьому ще й встигати спілкуватися і керувати процесом засвоєння студентами фізкультурно-оздоровчих технологій. Виходячи з цього, психофізіологічна готовність викладачів фізичного виховання до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності характеризує фізичну працездатність, педагогічну та фізичну активність, комунікаційні та організаторські здібності.

Однією з важливих передумов результативної професійної діяльності викладачів фізичного виховання щодо використання фізкультурно-оздоровчих

технологій є розвиток його фізичних якостей. Фізичний компонент викладачів фізичного виховання до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності відображає рухову готовність. Формування рухової фізичної готовності, а саме розвитку п'яти фізичних якостей (витривалості, сили, швидкості, гнучкості, координаційних здібностей) ми приділяли особу увагу, тому що засоби фізкультурно-оздоровчих технологій – це фізичні вправи, що потребують безпомилкової чіткої технічної демонстрації [1; 5; 7; 8; 10; 12].

У процесі дослідження нами було визначено й схарактеризовано систему показників, покладених в основу діагностики стану готовності викладачів фізичного виховання вищих закладах освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, а саме показниками мотиваційного компоненту є мотиви опанування обраної професії викладача фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчими технологіями зокрема, прагнення до успіху та уникнення невдачі при використанні фізкультурно-оздоровчих технологій у роботі вищих закладів освіти, інтересу до фізкультурно-оздоровчих технологій, потреби у формуванні та зміцненні здоров'я студентської молоді. Показниками когнітивного компонента є загальні й спеціальні знання з професійно-орієнтованих дисциплін щодо застосування фізкультурно-оздоровчих технологій. Показниками діялісно-рефлексивного компонента є сформованість практичних умінь, навичок, та нарощеного досвіду, а також сформованість умінь аналізувати й оцінювати педагогічні ситуації, що безпосередньо зв'язані з використанням фізкультурно-оздоровчих технологій. Показниками особистісного компонента є такі особистісні характеристики як комунікативність, організаційність, активність педагогічна і соматична, фізична працездатність. Фізичний компонент відбиває гармонійний розвиток фізичних якостей: витривалості, сили, швидкості, гнучкості, координаційних здібностей.

Показники формування готовності викладачів фізичного виховання до

використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності розглядалися нами як методологічний інструментарій, який висвітлює узагальнені характеристики її властивостей. Показник, у більшості випадків, являє собою узагальнену характеристику будь-якого об'єкта, процесу або його результату, поняття або їх властивостей. Ми розглядаємо поняття «показник» як різні «одиниці» мотивації поведінки, теоретичної та практичної діяльності, фізіологічних і психічних реакцій викладачів фізичного виховання. Саме на основі їх якісного та кількісного аналізу можна судити про те, що стоїть за ними і як через них виявляються різні стани готовності викладачів фізичного виховання.

Критерій (гр. *kriterion* – засіб судження, рішення) – суттєва, відмінна ознака, на підставі якої проводиться оцінка, визначення або класифікація будь-чого. Критерії готовності викладачів фізичного виховання вищих закладів освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності ми розглядаємо як якісні і кількісні ознаки показників готовності, а саме: мотиви, знання, практичні вміння, навички, досвід, особистісні і професійні якості (комунікативність, організаційність, активність педагогічна та соматична, фізична працездатність), фізичні якості: витривалість, сила, швидкість, гнучкість, координація.

Рівень – порівняльна величина, що характеризує будь-що з погляду розміру, інтенсивності, якості тощо; міра, порівняльна якість чогось. Рівні сформованості готовності викладачів фізичного виховання вищих закладів освіти до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності виражають ступінь прояву відповідного критерію готовності: оптимальний, достатній, допустимий, критичний, незадовільний. Кожен з рівнів включає риси попереднього, проте відрізняються один від одного ступенем прояву критеріїв, що характеризують відповідну готовність.

Оптимальний рівень характеризується сильними і стійкими мотивами постійного підвищення якості професійної підготовки викладача фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчими технологіями зокрема, сильним та стійким прагненням до успіху, сформованими мотивами щодо засвоєння фізкультурно-оздоровчих технологій; підвищеним інтересом щодо фізкультурно-оздоровчих технологій; усвідомленою потребою формувати, зміцнювати та зберігати здоров'я студентської молоді; глибокими, повними, міцними загальними й спеціальними знаннями щодо фізкультурно-оздоровчих технологій; різноманітними, творчими повністю сформованими практичними вміннями та навичками, поступовим і послідовно нарощуваним досвідом щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій, повною відсутністю утруднень об'єктивно та критично аналізувати й оцінювати педагогічні ситуації, що безпосередньо пов'язані з використанням фізкультурно-оздоровчих технологій; значною комунікативністю, організаційністю, продуктивною педагогічною активністю, продуктивною соматичною активністю, високою фізичною працездатністю; високим розвитком фізичних якостей: витривалості, сили, швидкості, гнучкості, координаційних здібностей.

Достатній рівень готовності характеризується сильними та стійкими мотивами постійного підвищення якості професійної підготовки викладача фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчими технологіями. Припустимий рівень готовності характеризується загалом непоганою мотивацією щодо постійного підвищення якості професійної підготовки та опанування фізкультурно-оздоровчими технологіями зокрема, часто епізодичним прагненням до успіху, недостатньо сформованими мотивами щодо засвоєння фізкультурно-оздоровчих технологій; достатньо стійким інтересом щодо фізкультурно-оздоровчих технологій. Критичний рівень готовності викладачів фізичного виховання до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності характеризується

незначною, слабкою мотивацією щодо засвоєння фізкультурно-оздоровчих технологій; низьким інтересом щодо фізкультурно-оздоровчих технологій; низькою потребою формувати, зміцнювати та зберігати здоров'я студентів. Незадовільний рівень готовності характеризується дуже низькою мотивацією, майже відсутнім прагненням до успіху, несформованими мотивами щодо засвоєння фізкультурно-оздоровчих технологій; відсутністю інтересу щодо фізкультурно-оздоровчих технологій; поганим усвідомленням потреби у формуванні, зміцненні та збереженні здоров'я студентської молоді; поверховими та фрагментарними загальними та спеціальними знаннями щодо фізкультурно-оздоровчих технологій; одноманітними, невпевненими, технічно несформованими практичними вміннями та навичками, дуже малим або відсутнім досвідом щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій, труднощами об'єктивно та критично аналізувати й оцінювати педагогічні ситуації, що безпосередньо пов'язані з використанням фізкультурно-оздоровчих технологій; не розвиненістю комунікативних та організаційних здібностей, поганою педагогічною активністю, низькою соматичною активністю, низькою фізичною працездатністю; поганим розвитком фізичних якостей: витривалості, сили, швидкості, гнучкості, координаційних здібностей.

## Висновки

Освіта у вищому навчальному закладі набуває від студентської молоді психічних та емоційних навантажень. Тому дисципліна «фізичне виховання» в сучасному освітньому просторі має бути орієнтована на формування, зміцнення та збереження здоров'я, зокрема тих закладів, де спорт вищих досягнень є спеціалізацією. Стосовно міжфакультативних кафедр фізичного виховання вищих закладів освіти, де фізичне виховання має практичне проявлення, фізкультурно-оздоровчі технології є оптимальною формою розвитку фізичних якостей студентської молоді. Отже, посилення спрямованості постійного підвищення якості професійної підготовки, підвищення кваліфікації викладачів фізичного виховання на опанування фізкультурно-оздоровчих технологій у системі вищої освіти є актуальною проблемою. У сфері фізкультурно-оздоровчих технологій постійно з'являються нові види, напрями, методи та методики, як, наприклад «кроссфіт», «TRX петлі», «йогогалатес» тощо. Необхідно зазначити, що недосвідчені викладачі вирішують цю проблему активними та практичними методами, такими як візуальні й аудіальні демонстрації видів фізкультурно-оздоровчих технологій. Фізкультурно-оздоровчі технології постійно розширюють діапазон напрямів, і як наслідок, затребувані сучасною студентською молоддю, як засіб фізичного вдосконалення.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Верблюдов І. Порівняльне дослідження дії вправ аеробної спрямованості в індивідуальних тренувально-оздоровчих програмах студентів педагогічної ВНЗ. *Молода спортивна наука України*. Луганськ, 2003. № 7. Т. 2. С. 321 – 323.
2. Верховська М. В. Основи програмування занять з використанням фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків, 2015. № 1. С. 17–24.
3. Воропаєв Д. С. Необхідність впровадження здоров'язберігаючих технологій в закладах освіти. *Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України* : матеріали VII Всеукр. наук.-практ. конф. м. Суми, 2007. Суми, 2007. С. 224–227.
4. Дрозд І. Особливості формування інтересу молодших школярів до занять фізичною культурою як запорука хорошого здоров'я. *Молода спортивно наука*. Луганськ, 2006. № 10. Т. 4. С. 57 – 60.

5. Долинний Ю. Методичні особливості використання психорегуляції і нетрадиційних методів дихальної гімнастики в процесі занять з фізичного виховання в СМО. *Молода спортивно наука України*. Луганськ, 2003. № 7. Т. 2. С. 283 – 286.
6. Круцевич Т. Ю. Приоритетные мотивы подростков к занятиям физической культурой и спортом. *Вісник Тернопільського державного педагогічного університету. Педагогіка*. № 7. 2000. С. 96 - 103.
7. Кудра Т. А. Фитнесс: Американская концепция достижения здоровья средствами физической культуры. История, идеология, методология и перспективы развития. *Морской государственный университет им. Г. И. Невельского*. Владивосток 2003. С. 214
8. Менхин Ю. В., Менхин А. В. Оздоровительная гимнастика. Теория и методика проведения занятий : учебник. Ростов на Дону : Феникс, 2002. 384 с.
9. Симон М. Н. Формирование мотивации самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности у школьников младших классов : автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04. Омск, 2000. 31 с.
10. Усачев Ю. А. Конфигурация многовекторных физкультурно-оздоровительных программ современного фитнеса. *Современный олимпийский спорт и спорт для всех : материалы VII Междунар. научн. конф.*, г. Москва, 2003. Т. 3. С. 51 – 52.
11. Цыбулько Г. Я. Формирование у будущих учителей готовности к развитию ученического самоуправления : монография. Славянск : Печатный двор, 2004. 164 с.
12. Adeniran S. A., Toriola A.I. Effects of continuous interval running programmes on aerobic and an aerobic capacities in school girl aged 13 to 17 years. *J. Sport Med. Phys. Fitness*. 1988. Vol. 28. P. 260 – 266.
13. Feuerstein P., N.Galli. Linking health screening to health education learning modules for elementary school students: a feasibility study. *J. Sch. Hlth*. 2001. Vol. 53. No 1. P. 10–13.

УДК 378.6:796.035.616.741 – 009.1

## **ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ РУХОВИХ НАВИЧОК ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАСОБАМИ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

**Верховська М. В., Газаєв В. Н.**

*72310, Таврійський державний агротехнологічний університет, м. Мелітополь,  
пр. Б. Хмельницького, 18, Україна  
fvs@tsatu.edu.ua*

**Ключові слова:**

*фізичне виховання, рухові навички,  
фізкультурно-оздоровча технологія.*

Розглянуто науково-практичні заходи щодо інтеграції фізкультурно-оздоровчих технологій у систему освітнього процесу вищих закладів освіти та підвищення кваліфікації викладачів фізичного виховання міжфакультативних та спеціалізованих кафедр фізичного виховання та спорту. Стосовно міжфакультативних кафедр фізичного виховання вищих закладів освіти, де фізичне виховання має практичне проявлення, таким чином фізичний стан студентської молоді є оцінкою ефективності, фізкультурно-оздоровчі технології є оптимальною формою розвитку фізичних якостей студентської молоді. Розглянуто технологічні етапи проектування занять фізичним вихованням засобами фізкультурно-оздоровчих технологій. Наведено загальний перелік етапів у строгій логічній послідовності: діагностично-мотиваційний, теоретико-технологічний, організаційно-практичний, особистісного і фізичного розвитку. Разом з тим, наприкінці етапів не закінчується процес формування спеціальних рухових навичок викладачів фізичного виховання засобами фізкультурно-

Збірник наукових праць

***Вісник Запорізького національного університету***

***Фізичне виховання та спорт***

**№ 1, 2019**

Технічний редактор – *Л. А. Браженко*

Верстка, дизайн-проробка, оригінал-макет і друк виконані  
в редакційно-видавничому відділі Запорізького національного університету  
тел. (061) 289-12-98

Підписано до друку **27.03.2019** Формат 60 × 90/8.

Папір Data Copy. Гарнітура «Таймс».

Умовн.-друк. арк. 12.

Замовлення № **50**. Наклад 100 прим.

Запорізький національний університет

69600, м. Запоріжжя, МСП-41  
вул. Жуковського, 66

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи  
до Державного реєстру видавців, виготівників  
і розповсюджувачів видавничої продукції  
ДК № 5229 від 11.10.2016.