

Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах



2020 р., № 72, Т. 2

Збірник наукових праць

виходить шість разів на рік

Головний редактор:

Сущенко А. – доктор педагогічних наук, професор

Заступник головного редактора:

Сущенко Л. – доктор педагогічних наук, доцент

Редакційна колегія:

Захаріна Є. – доктор педагогічних наук, професор;

Іваницький О. – доктор педагогічних наук, професор;

Кочарян А. – кандидат педагогічних наук, доцент;

Пагута М. – кандидат педагогічних наук, доцент;

Сущенко Т. – доктор педагогічних наук, професор;

Даріуш Скальські – доктор педагогічних наук
(Республіка Польща).

Технічний редактор: Ю. Ковальчук

Дизайнер обкладинки: А. Юдашкіна

Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній
школах : зб. наук. пр. / [редкол.: А.В. Сущенко (голов. ред.) та ін.].
Запоріжжя : КПУ, 2020. Вип. 72. 170 с. Т. 2.

Сайт видання:

www.pedagogy-journal.kpu.zp.ua

Засновник:

Класичний приватний університет
Свідоцтво Міністерства юстиції України
про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації
Серія KB № 15844-4316P від 16.10.2009 р.



Видавництво і друкарня –
Видавничий дім «Гельветика»

69002, м. Запоріжжя, вул. Олександрівська 84, оф. 414
Телефони: +38 (048) 709 38 69, +38 (095) 934-48-28,
+38 (097) 723-06-08

E-mail: mailbox@helvetica.com.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.

*Входить до Переліку наукових фахових видань
України (категорія «Б») з педагогічних наук
(спеціальності: 011. Освітні, педагогічні науки,
012. Дошкільна освіта, 013. Початкова освіта,
014. Середня освіта, 015. Професійна освіта,
016. Спеціальна освіта) відповідно до Наказу МОН
України від 17.03.2020 № 409 (додаток 1).*

*Журнал включено до міжнародної
наукометричної бази Index Copernicus International
(Республіка Польща)*

Видання рекомендовано до друку
та поширення через мережу Internet
Вченою радою
Класичного приватного університету
(протокол № 7 від 29.04.2020 р.)

Усі права захищені.
Повний або частковий передрук і переклади дозволено
лише за згодою автора і редакції.
При передрукуванні посилання на збірник наукових праць
«Педагогіка формування творчої особистості
у вищій і загальноосвітній школах»
обов'язкове.

Редакція не обов'язково поділяє думку автора
і не відповідає за фактичні помилки,
яких він припустився.

Адреса редакції:
Класичний приватний університет
69002, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 70б.
Телефони/факс: +38 098 24 61 364.

Здано до набору 08.04.2020.
Підписано до друку 05.05.2020.
Формат 60×84/8. Цифровий друк. Наклад 150 пр.

ЗМІСТ

ВИЩА ШКОЛА

<i>Є. Н. Абільтарова</i> КОГНІТИВНО-ДІЯЛЬНІСНИЙ КОМПОНЕНТ КУЛЬТУРИ БЕЗПЕКИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ІНЖЕНЕРІВ З ОХОРОНИ ПРАЦІ.....	8
<i>С. А. Ачкевич, В. В. Зброй</i> ІДЕЇ НАРОДНОЇ ПЕДАГОГІКИ МИНУЛОГО І СУЧАСНОСТІ В РОБОТІ З ДІТЬМИ З ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ.....	13
<i>М. В. Білецька, Т. О. Підварко</i> ПРОЄКТНА ДІЯЛЬНІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА.....	18
<i>О. Б. Варава</i> ОСНОВНІ АСПЕКТИ РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	22
<i>О. І. Верітов</i> ОБҐРУНТУВАННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ ФОРМУВАННЯ ПІДПРИЄМНИЦЬКОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ».....	27
<i>Н. П. Волкова, Л. М. Романишина</i> ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ГЕОГРАФІЇ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	31
<i>В. М. Георгієв</i> ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ПОВІТРЯНОДЕСАНТНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	35
<i>Р. В. Головащенко, Ю. Г. Паламарчук, О. С. Хоменко, С. В. Хоменко, О. В. Жуков</i> ВИЗНАЧЕННЯ ПРОВІДНИХ ЧИННИКІВ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СПРИНТЕРІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ В БІГУ НА 100 МЕТРІВ.....	41
<i>С. С. Забродський, О. В. Хацаюк, О. С. Нестеров, С. В. Власко, О. О. Большаков</i> ВПРОВАДЖЕННЯ СУЧАСНИХ ФОРМ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СИСТЕМУ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ.....	47
<i>Л. В. Задорожна-Княгницька</i> СПІВПРАЦЯ УНІВЕРСИТЕТУ ТА СТЕЙКХОЛДЕРІВ У КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МЕНЕДЖЕРІВ ОСВІТИ.....	53
<i>О. В. Зосименко</i> ПОЛІВЕКТОРНІСТЬ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ПЕДАГОГІВ: КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПІДХОДІВ.....	58
<i>Н. С. Іліницька</i> ДІАГНОСТИКА ГОТОВНОСТІ ДО ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ В МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА.....	62

<i>С. І. Кара</i> ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ БІОЛОГІЇ ТА ОСНОВ ЗДОРОВ'Я В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	65
<i>О. С. Ковальова</i> РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ РОБОТИ З ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ МОДЕЛІ ФОРМУВАННЯ ІННОВАЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ АВІАЦІЙНИХ ФАХІВЦІВ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ БЕЗПІЛОТНИХ ПОВІТРЯНИХ СУДЕН.....	70
<i>Т. Г. Король</i> КОНТРОЛЬНІ ЛИСТИ ПРОЦЕСУ ВИКОНАННЯ ПЕРЕКЛАДУ ЯК ЗАСІБ КОРИГУВАННЯ ПЕРЕКЛАДАЦЬКОГО СТИЛЮ МАЙБУТНІХ ФІЛОЛОГІВ.....	76
<i>О. В. Купенко</i> ІНТЕГРАЛЬНА ТА БАЗОВА ПРОЄКТНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ПРОЄКТНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ.....	81
<i>Є. В. Луценко</i> ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ ФАСИЛІТАТОРСЬКОЇ ФУНКЦІЇ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....	86
<i>Пен Юй</i> ТВОРЧІ УМІННЯ ВИКЛАДАЧА ВОКАЛУ ТА МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ РІВНІВ ЇХ СФОРМОВАНOSTІ В МАГІСТРАНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ.....	91
<i>І. С. Расторгуєва</i> РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В РАЗІ ВАД РОЗВИТКУ В ДІТЕЙ.....	96
<i>Т. В. Рябуха, Н. О. Гостіщева, Л. А. Куликова, Т. І. Харченко</i> «ПЕРЕВЕРНУТЕ НАВЧАННЯ» ЯК ІННОВАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ ВИКЛАДАННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ У ВИЩІЙ ШКОЛІ	100
<i>Н. Л. Семяннікова</i> СПЕЦИФІКА РЕАЛІЗАЦІЇ ЗАГАЛЬНОДИДАКТИЧНИХ ПРИНЦИПІВ В УМОВАХ ІНФОРМАТИЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ (ПОЧАТКОВА ПІДГОТОВКА ІНОЗЕМНИХ ГРОМАДЯН).....	107
<i>Н. І. Скрипник</i> ПЕДАГОГІЧНА ПРАКТИКА СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНОГО КОЛЕДЖУ В ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ.....	112
<i>О. А. Снісар, К. О. Ліффер</i> СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ІЗ ЛАБОРАТОРНОЇ ДІАГНОСТИКИ.....	117
<i>О. В. Старостіна</i> ДОСВІД ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ В УКРАЇНІ.....	122

<i>О. В. Суховірський</i> ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ІНФОРМАТИКИ ДО ВИХОВНОЇ РОБОТИ НА УРОКАХ.....	127
<i>А. Є. Фандєєва</i> САМОСТІЙНА РОБОТА ЯК ЧИННИК ЕФЕКТИВНОГО ЗАСВОЄННЯ ДІЛОВОЇ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ МАЙБУТНІМИ ФАХІВЦЯМИ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	132
<i>С. О. Федоренко</i> СУТНІСНІ ОСОБЛИВОСТІ СУЧАСНОЇ ХУДОЖНЬОЇ ОСВІТИ В РЕАЛІЗАЦІЇ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ХУДОЖНІХ ШКІЛ ЧЕРКАЩИНИ ДРУГОЇ ПОЛОВИНИ ХХ – ПОЧАТКУ ХХІ СТОЛІТТЯ.....	138
<i>С. М. Хатунцева</i> ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ БІОЛОГІЇ, ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ТА ВЧИТЕЛЯ-РЕАБІЛІТОЛОГА НА ЗАНЯТТЯХ ІЗ ФІЗІОЛОГІЇ ВИЩОЇ НЕРВОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	142
<i>Цянь Кай</i> ХАРАКТЕРИСТИКА ЗМІСТОВИХ КОМПОНЕНТІВ ГУМАНІСТИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ.....	147
<i>D. S. Chernyak, T. I. Kadlubovich, I. V. Zagrebelna</i> PROSPECTS OF USING SOCIAL NETWORKS IN THE EDUCATIONAL PROCESS	151
<i>Чжу Юньжуй</i> МЕТОДИКА ВИЯВУ РІВНІВ СФОРМОВАНOSTІ У МАЙБУТНІХ ВИКЛАДАЧІВ ВОКАЛУ ПІЗНАВАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ.....	155
<i>В. А. Шемчук, П. Ф. Рибалко, О. І. Мілаєв, А. В. Леоненко, С. В. Чередніченко</i> ФОРМУВАННЯ ЕНЕРГОЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СПОРТСМЕНІВ-ЄДИНОБОРЦІВ.....	159
<i>Юйань Шаоцянь</i> ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ВОКАЛЬНО-ФОНАЦІЙНИХ НАВИЧОК МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА НА ЗАСАДАХ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ	166

CONTENTS

HIGH SCHOOL

<i>Abiltarova E.</i> COGNITIVE-ACTIVITY COMPONENT OF THE SAFETY CULTURE OF PROFESSIONAL ACTIVITY OF OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH ENGINEERS.....	8
<i>Achkevych S., Zbroi V.</i> IDEAS OF THE FOLK PEDAGOGY OF THE PAST AND PRESENT IN THE WORK WITH CHILDREN WITH DISORDERS OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM.....	13
<i>Biletska M., Pidvarko T.</i> PROJECT ACTIVITY OF THE FUTURE TEACHER OF MUSIC ART.....	18
<i>Varava O.</i> THE MAIN ASPECTS OF REHABILITATION TRAINING OF THE FUTURE SOCIAL WORK SPECIALISTS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	22
<i>Veritov O.</i> SUBSTANTIATION OF PEDAGOGICAL CONDITIONS OF FORMATION OF ENTREPRENEURIAL CULTURE OF FUTURE BACHELORS SPECIALTIES 017 "PHYSICAL CULTURE AND SPORTS".....	27
<i>Volkova N., Romanyshyna L.</i> FOREIGN EXPERIENCE OF PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE GEOGRAPHY TEACHERS TO PROFESSIONAL ACTIVITY.....	31
<i>Heorhiiev V.</i> FORMATION OF PROFESSIONAL COMPETENCE OF FUTURE OFFICERS DURING THE STUDY OF AIRBORNE TRAINING.....	35
<i>Golovashchenko R., Palamarchuk Yu., Khomenko O., Khomenko S., Zhukov O.</i> DETERMINATION OF LEADING FACTORS OF PROFESSIONAL COMPETENCIES OF HIGH QUALIFICATION SPRINTERS IN THE RUN FOR 100 METERS.....	41
<i>Zabrodskiy S., Khatsaiuk O., Nesterov O., Vlasko S., Bolshakov O.</i> INTRODUCTION OF MODERN FORMS OF PHYSICAL TRAINING IN THE SYSTEM OF PROFESSIONAL EDUCATION OF FUTURE OFFICERS OF THE NATIONAL GUARD OF UKRAINE.....	47
<i>Zadorozhna-Kniahnytska L.</i> COOPERATION BETWEEN THE UNIVERSITY AND STAKEHOLDERS IN THE CONTEXT OF EDUCATIONAL MANAGERS PROFESSIONAL TRAINING	53
<i>Zosimenko O.</i> POLYVECTORITY OF THE PROBLEM OF DEVELOPMENT OF CREATIVE POTENTIAL OF TEACHERS: CONCEPTUALIZATION OF APPROACHES.....	58

<i>Ilinitka N.</i> DIAGNOSIS OF READINESS FOR DIFFERENTIATION OF PROFESSIONAL TRAINING IN FUTURE TEACHERS OF MUSIC ART.....	62
<i>Kara S.</i> FORMATION OF PERSONALITY OF FUTURE TEACHER ON BIOLOGY AND BASIS OF HEALTH IN PROCESS OF VOCATIONAL PREPARATION.....	65
<i>Kovalova O.</i> RESULTS OF EXPERIMENTAL WORK TO VERIFY THE EFFECTIVENESS OF THE MODEL OF FORMATION OF INNOVATIVE COMPETENCE OF FUTURE AVIATION SPECIALISTS IN THE PROCESS OF STUDYING UNMANNED VEHICLES.....	70
<i>Korol T.</i> TRANSLATION PROCESS CHECKLISTS AS A TOOL TO CORRECT PROSPECTIVE PHILOLOGISTS' TRANSLATION STYLES.....	76
<i>Kupenko O.</i> INTEGRAL AND BASIC PROJECT PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES OF FORMATION OF PROJECT COMPETENCE OF FUTURE BACHELORS OF SOCIAL WORK.....	81
<i>Lutsenko E.</i> READINESS OF FUTURE MANAGERS FOR FACILITATION IN THEIR PROFESSIONAL ACTIVITY: PEDAGOGICAL CONDITIONS OF ITS FORMATION.....	86
<i>Peng Yu</i> CREATIVE SKILLS OF A SINGING TEACHER AND METHODS OF MEASURING THE LEVELS OF THEIR DEVELOPMENT FOR MASTER'S DEGREE STUDENTS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY.....	91
<i>Rastorguyeva I.</i> REHABILITATION TECHNOLOGIES FOR DEFECTS DEVELOPMENT IN CHILDREN.....	96
<i>Riabukha T., Hostishcheva N., Kulykova L., Kharchenko T.</i> "FLIPPED CLASSROOM" AS AN INNOVATIVE TECHNOLOGY FOR TEACHING FOREIGN LANGUAGES IN HIGHER EDUCATION.....	100
<i>Semjannikova N.</i> THE SPECIFICS OF THE IMPLEMENTATION OF GENERAL DIDACTIC PRINCIPLES IN THE CONDITIONS OF INFORMATIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS (PRE-UNIVERSITY TRAINING OF FOREIGN CITIZENS).....	107
<i>Skrypnyk N.</i> PEDAGOGICAL PRACTICE OF STUDENTS HUMANITIES AND PEDAGOGICAL COLLEGE IN THE PROCESS OF FORMATION OF PROFESSIONAL-COMMUNICATIVE COMPETENCE	112
<i>Snisar O., Lifer K.</i> MODERN TRENDS OF PROFESSIONAL TRAINING OF SPECIALISTS IN LABORATORY DIAGNOSTICS.....	117

<i>Starostina O.</i> EXPERIENCE OF THE FURTHER TRAINING OF THE LECTURERS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS IN UKRAINE	122
<i>Sukhovirskiy O.</i> TRAINING OF THE FUTURE COMPUTER SCIENCE TEACHERS FOR EDUCATIONAL WORK AT LESSONS.....	127
<i>Fandieieva A.</i> INDEPENDENT WORK AS A FACTOR OF EFFECTIVE MASTERING OF BUSINESS FOREIGN LANGUAGE BY FUTURE SPECIALISTS OF TECHNICAL SPECIALTIES.....	132
<i>Fedorenko S.</i> THE ESSENTIAL FEATURES OF MODERN ART EDUCATION IN THE IMPLEMENTATION OF THE CREATIVE POTENTIAL OF ART SCHOOLS OF CHERKASY IN THE SECOND HALF OF THE XX CENTURY – THE BEGINNING OF THE XXI CENTURY.....	138
<i>Khatuntseva S.</i> VOCATIONAL PREPERATION OF FUTURE TEACHER OF BIOLOGY, BASICS OF HEALTH AND TEACHER-REHABLITOLOGIST IN CLASSES ON PHYSIOLOGY OF HIGHER BRAIN FUNCTIONS.....	142
<i>Qian Kai</i> CHARACTERISTICS OF SEMANTIC COMPONENTS OF HUMANISTIC CULTURE OF STUDENTS.....	147
<i>Chernyak D., Kadlubovich T., Zagrebelna I.</i> PROSPECTS OF USING SOCIAL NETWORKS IN THE EDUCATIONAL PROCESS	151
<i>Yunrui Zhu</i> METHODOLOGY OF MEASURING THE DEVELOPMENT LEVEL OF FUTURE SINGING TEACHERS' COGNITIVE ACTIVITY.....	155
<i>Shemchuk V., Rybalko P., Milaev O., Leonenko A., Cherednichenko S.</i> FORMATION OF ENERGY-SAVING COMPETENCE ATHLETES WHO ARE ENGAGED IN MARTIAL ARTS.....	159
<i>Yuan Shaoqiang</i> PEDAGOGICAL CONDITIONS OF FUTURE TEACHERS' OF MUSIC ART VOCAL AND PHONATIONAL SKILLS DEVELOPMENT BASED ON HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES.....	166

УДК 378.12-796.8

DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.72-2.32>**В. А. Шемчук**

кандидат педагогічних наук,
начальник науково-дослідного відділу розвитку фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту
Науково-дослідного центру проблем фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту
Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій
Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського

П. Ф. Рибалко

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

О. І. Мілаєв

старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного

А. В. Леоненко

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

С. В. Чередніченко

заслужений тренер України з панкратіону,
заслужений працівник фізичної культури і спорту України,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

ФОРМУВАННЯ ЕНЕРГОЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СПОРТСМЕНІВ-ЄДИНОБОРЦІВ

Аналіз стану проблеми вдосконалення всебічної підготовленості спортсменів (здобувачів вищої освіти) високої кваліфікації, які займаються спортивним та бойовим розділом боротьби самбо, свідчить про недостатній рівень розвитку у них аеробно-анаеробної працездатності, що негативно впливає на загальний рівень сформованості енергозберігавальної компетентності та знижує показники змагальної діяльності. Головною метою роботи є визначення ефективності впливу інтервального бігу на розвиток аеробно-анаеробної працездатності як складника енергозберігавальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються бойовим самбо.

Для досягнення мети та вирішення практичних завдань дослідження нами було розроблено педагогічну модель формування енергозберігавальної компетентності у представників зазначеної групи. Для підтвердження ефективності розробленої членами науково-дослідної групи «педагогічної моделі» організовано педагогічний експеримент, у якому прийняли участь курсанти Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України ім. Івана Черняхівського (n=5 осіб, експериментальна група, Ег), Національної академії Національної гвардії України (n=7 осіб, Ег) та студенти Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (n=10 осіб, контрольна група, Кг).

До початку педагогічного експерименту досліджувані здобувачі вищої освіти (спортсмени-єдиноборці високої кваліфікації) Кг та Ег за рівнем розвитку аеробно-анаеробної працездатності достовірно не відрізнялися ($P > 0.05$). У Ег упродовж педагогічного експерименту використовувався суміжний тренінг, який передбачав акцентоване використання інтервального методу тренування та спеціальних бігових вправ. Порівнюючи показники до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі формування енергозберігавальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються бойовим розділом самбо з акцентованим впливом засобів суміжного тренінгу (інтервального бігу), встановлено, що результати, отримані після педагогічного експерименту, у досліджуваних групах суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, і ці відмінності переважно достовірні (Ег, $P < 0.05$).

У результаті педагогічного експерименту нами визначено та підтверджено ефективність впливу інтервального бігу на розвиток аеробно-анаеробної працездатності як складника енергозберігавальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються бойовим самбо. Окрім того,

нами встановлено, що розвиток аеробно-анаеробного компоненту витривалості за допомогою інтервального бігу здійснює на організм досліджуваних єдиноборців Ег навантаження на рівні нижче 170 уд/хв, середньої ЧСС, за збільшення лактату крові – до 6,9 ммоль/л, що призводить до зменшення бронхіальної прохідності та легеневої потужності, а також збільшення максимальної вентиляції легень на 9,1%. Ефективність запропонованої нами педагогічної моделі підтверджена високими показниками змагальної діяльності досліджуваних Ег.

Ключові слова: аеробно-анаеробна працездатність, боротьба самбо, бойове самбо, єдиноборства, здобувачі вищої освіти, енергозберезувальна компетентність, інтервальне тренування, педагогічна модель, спеціальна фізична підготовка, суміжний тренінг, тренувальний процес.

Постановка проблеми. Сьогодні у системі багаторічної підготовки спортсменів-єдиноборців спостерігаються двоякі обставини, за яких, з одного боку, відомо про наявність у атлетів відповідних резервів для оптимізації фізичної працездатності (енерговитрат упродовж змагальної сутички та під час тренувань), а з іншого – спостерігається недостатній рівень теоретичних знань та практичних засобів щодо перспективних шляхів визначення і використання додаткових енергорезервів індивіда.

Варто зауважити, що саме єдиноборства традиційно відносяться до видів спорту, у яких провідну та нерідко вирішальну роль під час змагальної сутички відіграють фізична та спеціальна фізична підготовка атлета. Чисельні наукові дослідження теоретиків та практиків єдиноборств В.В. Сазонова [1], К.В. Ананченка, О.В. Хацаюка [2], О.А. Моргунова, О.А. Ярещенко, О.В. Хацаюка, Ю.К. Белоштенка [3], О.В. Хацаюка, В.В. Оленченка, А.І. Корольова, О.В. Кравченко [4], Л.А. Рубан, О.В. Хацаюка, О.А. Ярещенко, А.І. Корольова, В.В. Оленченка [5] та інших учених у напрямі дослідження фізіологічних функцій єдиноборців педагогічні спостереження в умовах їхньої навчально-тренувальної діяльності та змагальна практика підтверджують той факт, що високий рівень (у певних обставинах змагальної діяльності – пороговий) функціональної працездатності є основним чинником успішної реалізації техніко-тактичних дій у змагальних умовах, тому актуальність вибраного напрямку дослідження є очевидною.

Дослідження проведено відповідно до Зведеного плану НДР і ДКР (РК) Українського інституту науково-технічної і економічної інформації (шифр «Модель-РБ», номер державної реєстрації 0108U007536, 2019–2020 рр.).

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз науково-методичної та спеціальної літератури (Інтернет-джерел) у вибраному напрямі дослідження дав змогу визначити низку науковців: К.В. Ананченка, Г.М. Арзютова, Н.З. Гуцула, В.Б. Перебийніса, Л.П. Пилипея, О.В. Хацаюка, О.А. Ярещенко та інших учених і практиків, які у своїх працях окреслили основні аспекти всебічної підготовки атлетів єдиноборців – здобувачів вищої освіти.

Під час моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури нашу увагу привернули

роботи Б.К. Каражанова, К.С. Сарієва, В.В. Шиян [6], Б.І. Тараканова [7], В.Г. Пашинцева [8], Д.В. Максимова, В.М. Селуянова, С.Є. Табакова [9], В.Я. Гармаєва, Д.В. Дугарова [10], Н.З. Гуцула [11] та інших учених, де розкриваються актуальні питання організації системи багаторічної підготовки спортсменів-єдиноборців високої кваліфікації.

Подальший аналіз спеціальної літератури дав змогу визначити низку робіт науковців і практиків Л.М. Спенсера, С.М. Спенсера, [12], Л.Ю. Усеїнова [13], Ю.В. Сухарнікова [14], Л.З. Тархана [15], Г.Ю. Куртова, П.Ф. Рибалко, А.Д. Красілова [16] та ін., у яких розкриваються актуальні питання формування професійних компетентностей представників різних груп населення.

Варто також зауважити, що цікавими та змістовними виявилися наукові праці В.Ф. Бойка, Г.В. Данька [17], А.О. Акоюна, В.А. Панкова [18], А.А. Приймакова [19], П.Ф. Рибалко, В.Л. Жукова, А.Д. Красілова [20], у яких розкриваються важливі складники системи фізичної та спеціальної фізичної підготовки єдиноборців високої кваліфікації.

Відповідно до результатів аналізу науково-методичної та спеціальної літератури (моніторингу Інтернет-джерел), нами встановлено, що у зазначених наукових працях недостатньо висвітлено актуальні питання формування енергозберезувальної компетентності єдиноборців – здобувачів вищої освіти засобами суміжного тренінгу, що потребує додаткового дослідження.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є визначення ефективності впливу інтервального бігу на розвиток аеробно-анаеробної працездатності як складника енергозберезувальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються бойовим самбо (на прикладі курсантів, членів збірних команд вищих військових навчальних закладів Збройних сил України, Національної гвардії України та студентів Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка).

Для досягнення мети дослідження планувалося вирішити такі завдання:

– провести моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури (Інтернет-ресурсів) у напрямі організації системи багаторічної підготовки спортсменів-єдиноборців високої кваліфікації;

- здійснити аналіз спеціальної літератури у напрямі формування професійних компетентностей у представників різних груп населення;
- провести аналіз науково-методичних джерел у напрямі розвитку та вдосконалення фізичної та спеціальної фізичної підготовленості єдиноборців високої кваліфікації;
- здійснити аналіз впливу інтервального бігу на формування енергозберігавальної компетентності досліджуваних єдиноборців у системі їх багаторічного тренування.

Виклад основного матеріалу. Під час дослідження ефективності існуючих педагогічних технологій формування професійних компетентностей здобувачів вищої освіти (спортсменів-єдиноборців високої кваліфікації з бойового самбо) в системі їх багаторічної підготовки членами науково-дослідної групи встановлено, що розвиток аеробно-анаеробної працездатності (складника енергозберігавальної компетентності) здійснюється не в повному обсязі.

Для досягнення мети та вирішення практичних завдань дослідження нами було розроблено педагогічну модель формування енергозберігавальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються бойовим самбо, з акцентованим впливом засобів суміжного тренінгу (інтервального бігу, рис. 1).

Своєю чергою, для підтвердження ефективності розробленої членами науково-дослідної групи зазначеної педагогічної моделі організовано педагогічний експеримент (вересень 2019 р. – червень 2020 р.). У дослідженні прийняли участь курсанти Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України імені Івана Черняховського (n=5 осіб, експериментальна група), Національної академії Національної гвардії України (n=7 осіб, експериментальна група) та студенти Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (n=10 осіб, контрольна група).

Упродовж педагогічного експерименту досліджувані контрольної групи (Кг) використовували традиційну методику формування енергозберігавальної компетентності спортсменів-самбістів, передбачену відповідними навчальними планами та іншими керівними документами організації навчально-тренувального процесу спортсменів вищої спортивної кваліфікації у закладах вищої освіти. Своєю чергою, досліджувані курсанти експериментальної групи (Ег) додатково використовували розроблену нами педагогічну модель (рис. 1).

Варто зауважити, що на початку педагогічного експерименту нами були проведені контрольні тести, спрямовані на визначення початкового рівня розвитку сформованості аеробно-анаеробної працездатності як провідного складника енер-

гозберігавальної компетентності досліджуваних атлетів. До початку педагогічного експерименту досліджувані здобувачі вищої освіти (спортсмени-єдиноборці високої кваліфікації) Кг та Ег за рівнем розвитку аеробно-анаеробної працездатності достовірно не відрізнялися ($P>0.05$).

Надалі з досліджуваними Ег упродовж педагогічного експерименту ми використовували суміжний тренінг, який передбачав акцентоване використання інтервального методу тренування та спеціальних бігових вправ, завданнями якого було досягнення високого рівня аеробно-анаеробної працездатності бойових самбістів як провідного складника енергозберігавальної компетентності єдиноборців, що забезпечує високу результативність під час їхньої змагальної діяльності. Окрім того, для визначення впливу тренувального навантаження у вигляді інтервального бігу членами науково-дослідної групи було здійснено аналіз змін відсоткового співвідношення частоти серцевих скорочень (ЧСС) упродовж усього тренувального процесу (педагогічного експерименту).

Експериментальним шляхом встановлено, що у досліджуваних Ег у результаті тренувальних навантажень організм єдиноборців на початку навантаження виходив на мінімальну ЧСС 120 ± 2 уд/хв. та, швидко подолавши інтервал пульсу від 130 ± 5 до 160 ± 5 уд/хв., основну роботу здійснював у межах ЧСС 170 ± 3 уд/хв. Варто зауважити, що за порогових рівнів тренувальних навантажень за запропонованою нами методикою ЧСС сягала 190 ± 8 уд/хв. Важливим є те, що під час тренувального циклу навантаження (тренувальне завдання), яке виконувалося на рівні ЧСС 168 ± 3 уд/хв., змінювалося гетерохронно. На початку циклу зазначене навантаження, яке виконувалося у межах ЧСС 170 ± 3 уд/хв., збільшувалося через тренування і на заключному етапі у річному циклі підготовки єдиноборців зменшилося та сягало показників ЧСС на рівні 178 ± 4 уд/хв. Зазначені вище зміни свідчать про те, що організм досліджуваних єдиноборців Ег під час виконання тренувального навантаження формували специфічні адаптаційні механізми (упродовж 14 тренувань) в аеробно-анаеробному режимі і наприкінці педагогічного експерименту (15 тренувань за запропонованою нами методикою) був готовим до переходу на більш високий рівень навантаження, де значну роль відіграють гліколітичні механізми енергозабезпечення.

Важливо також підкреслити, що до сьомого тренування, відповідно до розробленої нами педагогічної моделі, зміни концентрації лактату в крові досліджуваних Ег не мали певної залежності. Згодом пізніше (дев'яте тренування), обсяг виконаної роботи та лактат крові отримали різноспрямований розвиток, а саме обсяг роботи збільшився, а лактат крові зменшився (з урахуванням того факту, що ЧСС у зазначений період збільши-

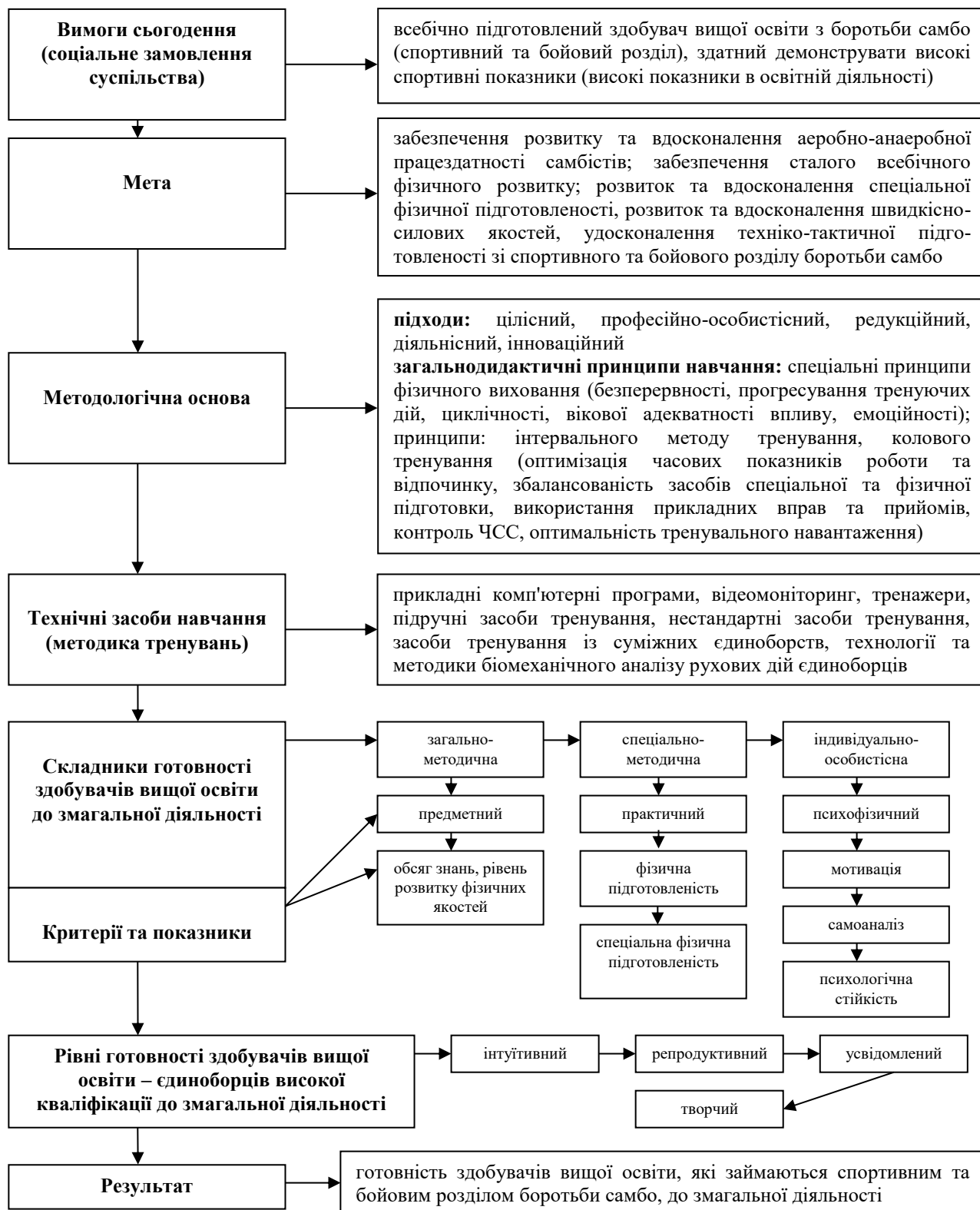


Рис. 1. Педагогічна модель формування енергозберезувальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються спортивним та бойовим розділом самбо, з акцентованим впливом засобів суміжного тренінгу (інтервального бігу)

лася). Зазначений результат свідчить про те, що збільшився пороговий рівень аеробно-анаеробної працездатності (компетентності) досліджуваних єдиноборців Ег. Окрім того, відповідно до резуль-

татів педагогічного експерименту, членами науково-дослідної групи були отримані результати, які характеризують зміни у дихальній системі досліджуваних Ег та Кг (результати надано в табл. 1).

Таблиця 1

**Результати визначення впливу
інтервального бігу на формування
аеробно-анаеробної працездатності
(енергозберезувальної компетентності)
досліджуваних Кг (n=10 осіб) та Ег (n=12 осіб)
упродовж педагогічного експерименту**

№ з/п	Показники	X1 до експер.	X2 напри. експ.	σ
1.	Форсований життєвий об'єм легень (л)			
	Кг, n=10 осіб	5,11±0,18	4,96±0,24	-0,15
	Ег, n=12 осіб	5,11±0,19	5,01±0,29	-0,1
2.	Сила м'язів, видих (умов. один.)			
	Кг, n=10 осіб	36,9±1,3	36,1±1,1	-0,8
	Ег, n=12 осіб	36,9±1,2	36,2±1,2	-0,7
3.	Сила м'язів, вдихання (умов. один.)			
	Кг, n=10 осіб	36,5±2,4	36,5±2,7	- (±2,3)
	Ег, n=12 осіб	36,5±2,4	36,6±2,8	+0,1
4.	Бронхіальна прохідність (умов. один.)			
	Кг, n=10 осіб	8,6±0,32	7,05±0,52	-1,01
	Ег, n=12 осіб	8,6±0,34	7,1±0,57	-1,5
5.	Легенева потужність (%)			
	Кг, n=10 осіб	191,2±2,53	169,35±2,36	-21,85
	Ег, n=12 осіб	191,2±2,53	169,4±2,41	-21,8
6.	Максимальна вентиляція легенів (л/хв)			
	Кг, n=10 осіб	187,1±5,49	199,35±4,44	+12,25
	Ег, n=12 осіб	187,1±5,51	199,4±4,49	+12,3

Порівнюючи показники до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі (експериментальної методики) формування енергозберезувальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються бойовим самбо, з акцентованим впливом засобів суміжного тренінгу (інтервального бігу), встановлено, що результати, отримані після педагогічного експерименту у досліджуваних групах, суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, і ці відмінності переважно достовірні (Ег, $P < 0,05$).

Висновки і пропозиції. У результаті дослідження проведено моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури (Інтернет-ресурсів) у напрямках: організації системи багаторічної підготовки спортсменів-єдиноборців високої кваліфікації; формування професійних компетентностей у представників різних груп населення; розвитку та вдосконалення фізичної та спеціальної фізичної підготовленості єдиноборців високої кваліфікації. Отримані результати дали змогу розробити збалансовану та функціональну педагогічну модель формування енергозберезувальної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються бойовим розділом самбо, з акцентованим впливом засобів суміжного тренінгу (інтервального бігу). Важливо підкреслити, що запропонована модель може бути впроваджена у навчально-тренувальний процес спортсменів-самбістів, які займаються спортивним розділом зазначеного єдиноборства.

Таким чином, у результаті педагогічного експерименту, нами визначено та підтверджено високу ефективність впливу інтервального бігу на розвиток аеробно-анаеробної працездатності як складника енергозберезувальної компетентності здобувачів вищої освіти – бойових самбістів високої кваліфікації. Окрім цього, розвиток аеробно-анаеробного компоненту спеціальної витривалості за допомогою інтервального бігу здійснює на організм досліджуваних єдиноборців Ег навантаження на рівні нижче 170 уд/хв. (середньої ЧСС), за збільшення лактату крові – до 6,9 ммоль/л, що призводить до зменшення бронхіальної прохідності та легеневої потужності, а також збільшення максимальної вентиляції легенів на 9,1%. Ефективність запропонованої нами педагогічної моделі підтверджена високими показниками змагальної діяльності досліджуваних Ег.

Отже, мета роботи досягнута, а цілі виконані. Результати дослідження впровадженні у практику навчально-тренувальних занять із бойового розділу самбо (секційна робота), а також у систему спеціальної фізичної підготовки курсантів (здобувачів вищої освіти) навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського та Національної академії Національної гвардії України.

Перспектива подальших досліджень у даному напрямі передбачає розроблення змістово-функціональної моделі формування навичок побудови складних техніко-тактичних комбінацій із переводом супротивника з положення стійки у положення лежачи з подальшим застосуванням больових прийомів (прийомів задушення бойового розділу самбо), що призводить до дострокової перемоги під час змагальної сутички.

Список використаної літератури:

1. Сазонов В.В. Корекція процесів відновлення в організмі кваліфікованих борців : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту ; Нац. ун-т фіз. вих. і спорту України. Київ, 2017. 23 с.
2. Ананченко К.В., Хацаюк О.В. Особливості тренувального процесу та техніко-тактичної підготовленості дзюдоїстів-ветеранів. *Єдиноборства*. 2018. Вип. 14. С. 4–18.
3. Розробка техніки рукопашного бою правоохоронців МВС України в системі спеціальної фізичної підготовки / О.А. Моргунов та ін. *Честь і закон*. 2018. Вип. 4 (67). С. 67–74.
4. Формування військово-прикладних навичок рукопашного бою у майбутніх офіцерів Національної гвардії України / О.В. Хацаюк та ін. *Інноваційна педагогіка*. 2019. Вип. 17. Т. 2. С. 215–226.
5. Вегетативна реактивність у спортсменів у стані пере тренуваності / Л.А. Рубан та ін.

- Слобожанський науково-спортивний вісник. 2019. Вип. 4(72). С. 54–59.
6. Каражанов Б.К., Сариев К.С., Шиян В.В. Влияние анаэробных нагрузок на динамику показателей работоспособности квалифицированных дзюдоистов. *Теория и практика физической культуры*. 1991. Вып. 4. С. 19–20.
 7. Тараканов Б.И. Педагогические основы управления подготовкой борцов. : монография. Санкт-Петербург, 2000. 162 с.
 8. Пашинцев В.Г. Биологическая модель функциональной подготовки дзюдоистов : учебное пособие. Москва : Советский спорт, 2007. 208 с.
 9. Максимов Д.В., Селуянов В.Н., Табаков С.Е. Физическая подготовка единоборцев самбо, дзюдо : учебное пособие. Москва : Дивизион, 2014. 160 с.
 10. Гармаев В.Я., Дугарова Д.В. Физическая подготовка единоборцев на начальном этапе подготовки. *Вестник Бурятского государственного университета*. 2015. Вып. 2. С. 83–86.
 11. Гуцул Н.З. Особливості спеціальної фізичної підготовки єдиноборців на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2018. Вип. 5. С. 203–208.
 12. Спенсер Л.М., Спенсер С.М. Компетенции на работе. Модели максимальной эффективной работы : учебное пособие. *Hippo Publishing Ltd*. Москва, 2009. 384 с.
 13. Усеинова Л.Ю. Теоретические аспекты формирования профессионально-практической компетентности будущих инженеров-педагогов в процессе производственной практики. *Проблемы инженерно-педагогической освіти*. 2007. Вип. 17. С. 387–398.
 14. Сухарников Ю.В. Сутність розбіжності діяльнісного й компетентнісного підходів до стандартизації освіти в Україні. *Педагогіка і психологія*. 2009. Вип. 2. С. 32–42.
 15. Тархан Л.З. Компетентнісний підхід як інновація в навчанні майбутніх інженерів-педагогів. *Вища школа*. 2010. Вип. 4. С. 83–88.
 16. Куртова Г.Ю., Рибалко П.Ф., Красілов А.Д. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності фахівців аграрного сектору у процесі фізичного виховання. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2018. Вип. 4 (11). С. 53–69.
 17. Бойко В.Ф., Данько Г.В. Физическая подготовка борцов : учебное пособие. *Олимпийская литература*. Киев, 2004. 224 с.
 18. Акопян А.О., Панков В.А. Специальная физическая подготовка в видах единоборств. *Теория и практика физической культуры*. 2004. Вип. 4(11). С. 50–53.
 19. Приймаков А.А. Модельные характеристики структуры физической подготовленности борцов высокой квалификации. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 2013. Вип. 6. С. 36–42.
 20. Самостійне оздоровче тренування : навчально-методичний посібник / В.Ф. Бойко та ін. Суми, 2017. 106 с.

Shemchuk V., Rybalko P., Milaev O., Leonenko A., Cherednichenko S. Formation of energy-saving competence athletes who are engaged in martial arts

Analysis of the state of the problem of improving the comprehensive training of highly qualified athletes (students, cadets) engaged in sports and combat sambo wrestling, indicates a lack of development of aerobic and anaerobic performance, which negatively affects the overall level of energy-saving competitiveness and reduces performance. The main purpose of the work is to determine the effectiveness of the interval running on the development of aerobic-anaerobic performance, as part of the energy-saving competence of students and cadets engaged in combat sambo.

In order to achieve the goal and solve the practical problems of the study, we have developed a pedagogical model of the formation of energy-saving competence in the representatives of this group. To confirm the effectiveness of the «pedagogical model» developed by members of the research group, a pedagogical experiment was organized, in which cadets took part: the Educational and Scientific institute of Physical Culture and Sports and Health technologies of the National University of Defense of Ukraine Ivan Chernyakhovsky (n=5 people, experimental group, Eg), the National Academy of the National Guard of Ukraine (n=7 people, Eg) and students of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko (n=10 people, control group, Kg).

Prior to the beginning of the pedagogical experiment, the studied applicants for higher education (highly qualified martial arts athletes) Kg and Eg did not differ significantly in the level of development of aerobic-anaerobic performance ($P>0.05$). In Eg during the pedagogical experiment the adjacent training which provided accented use of an interval method of training and special running exercises was used. Comparing the indicators before and after using our proposed pedagogical model of energy-saving competence of cadets and students engaged in combat sambo with an emphasis on the means of related training (interval running) found that the results obtained after the pedagogical experiment in the studied groups significantly increased compared to the original, and these differences are mostly significant (Eg, $P<0.05$).

As a result of a pedagogical experiment, we determined and confirmed the effectiveness of the influence of interval running on the development of aerobic-anaerobic performance as a component of energy-saving competence of higher education students engaged in combat sambo. In addition, we found that the development

of the aerobic-anaerobic component of endurance by interval running on the body of the studied wrestlers. Eg load at a level below 170 beats per minute, the average heart rate, with an increase in blood lactate to 6.9 mmol/l, which leads to a decrease in bronchial patency and pulmonary capacity, as well as an increase in maximum lung ventilation by 9.1%. The effectiveness of our proposed pedagogical model is confirmed by the high rates of competitive activity of the studied Eg.

Key words: *aerobic-anaerobic performance, sambo wrestling, combat Sambo, martial arts, students, energy saving competence, interval training, pedagogical model, special physical fitness, related training, training process.*