

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ ДЕРЖАВНОЇ ФІСКАЛЬНОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ НАПН УКРАЇНИ
КАФЕДРА ХОРТИНГУ НАВЧАЛЬНО-НАУКОВОГО ІНСТИТУТУ
СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ І БОЙОВОЇ ПІДГОТОВКИ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ
ОЛІМПІЙСЬКА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ
ВСЕСВІТНЯ ФЕДЕРАЦІЯ ХОРТИНГУ
ТОВАРИСТВО СПРИЯННЯ ОБОРОНИ УКРАЇНИ
ОБ'ЄДНАННЯ ПЕДАГОГІВ І НАУКОВЦІВ УКРАЇНИ
АСОЦІАЦІЯ СТУДЕНТСЬКОГО ХОРТИНГУ УКРАЇНИ
ФЕДЕРАЦІЯ ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНОГО ХОРТИНГУ УКРАЇНИ
ІРШІНСЬКА ФЕДЕРАЦІЯ ХОРТИНГУ**

**МАТЕРІАЛИ
ПЕРШОЇ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
«ХОРТИНГ – НАЦІОНАЛЬНИЙ ВИД СПОРТУ УКРАЇНИ:
ДОСВІД І ПЕРСПЕКТИВИ»
(28-29 листопада 2018)**

**Київ
Видавець Паливода А. В.
2019**

УДК 796.03 (477) (06)
ББК 75.4 (4 Укр)
М 34

Рекомендовано до друку Вченою радою Університету
державної фіскальної служби України
(протокол № 2 від 28 лютого 2019 р.)

Редакційна колегія:

- Пашко П. В. – ректор Університету державної фіскальної служби України, доктор економічних наук, професор (*головний редактор*)
- Бех І. Д. – директор Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України, доктор психологічних наук, професор
- Шевчук О. А. – перший проректор із навчально-методичної та виховної роботи Університету державної фіскальної служби України, доктор економічних наук, професор (*заступник головного редактора*)
- Малинський І. Й. – директор ННІСФБПР УДФСУ, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор, Голова відділення Національного Олімпійського комітету України в Київській області
- Федорченко Т. Є. – доктор педагогічних наук, професор, головний науковий співробітник ІПВ НАПН України
- Єрмоменко Е. А. – президент Міжнародної федерації хортингу, кандидат педагогічних наук, заступник директора ННІСФБПР УДФСУ
- Діхтяренко З. М. – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри хортингу та реабілітації ННІСФБПР УДФСУ

Рецензенти:

- Бойко В. Ф. – кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри хортингу та реабілітації ННІСФБПР УДФСУ
- Болтівець С. І. – доктор психологічних наук, професор, завідувач Відділу розвитку молодіжної політики державного інституту сімейної та молодіжної політики України
- Мандрагеля В. А. – доктор філософських наук, професор, директор ННІ гуманітарних наук УДФСУ
- Остапенко О. І. – кандидат педагогічних наук, завідувач лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя ІПВ НАПН України

М 34 **Матеріали Першої Всеукраїнської науково-практичної конференції «Хортинг – національний вид спорту України: досвід і перспективи»** / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – 128 с.

Автори спрямували свій науковий пошук на сучасний стан розвитку хортингу – національного виду спорту України; майстерність педагога в професійному розвитку дорослих, студентської та учнівської молоді; інноваційні методи і технології в системі освіти; національно-патріотичне виховання; медико-біологічні основи фізичного виховання: рекреація, фізична реабілітація та здоров'я людини.

За достовірність фактів, цитат, імен, назв та інших відомостей несуть відповідальність автори.

УДК 796.03 (477) (06)
ББК 75.4 (4 Укр)
© МОН України
© ММС України
© УДФСУ
© ІПВ НАПН України
© НОК України в Київській області
© ТСО України
© ГО «ОПН України»
© ФВСХ України

ЗМІСТ	3
ХОРТИНГ – НАЦІОНАЛЬНИЙ ВИД СПОРТУ УКРАЇНИ	5
<i>Едуард Єрмоменко</i> Формування цінностей здорового життя дітей, учнівської та студентської молоді у процесі занять хортингом	5
<i>Іван Ільницький</i> Система індивідуального захисту зубощелепного апарату в спортсменів, які займаються хортингом (капи)	13
<i>Сергій Карасевич, Ігор Шевчук, Наталія Волинець, Євген Биченко</i> Успіхи Київського спортивного клубу хортингу «Пантера» в 2018 році	16
<i>Андрій Литвиненко</i> Ефективність застосування методики спортивної підготовки хортингу на заняттях зі студентами першого курсу технічного вишу	19
<i>Валентина Оржеховська, Тетяна Федорченко, Едуард Єрмоменко, Зоя Діхтяренко</i> Концептуальні підходи реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу (проект) (скорочений варіант)	21
<i>Лариса Пустолякова</i> Модуль „хортинг“ у програмі навчальної дисципліни „Фізичне виховання“ для студентів вищих медичних закладів	34
<i>Борис Шаповалов, Анатолій Козленко</i> Система самозахисту та виживання (ССВ) як складова частина поліцейського хортингу в процесі формування готовності до дій в екстремальних ситуаціях	40
МАЙСТЕРНІСТЬ ПЕДАГОГА В ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ ДОРΟΣЛИХ, СТУДЕНТСЬКОЇ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ	42
<i>Валерій Бойко, Володимир Бородавко</i> Методика узагальнення передового педагогічного досвіду. Тести	42
<i>Валерій Бойко, Сурен Саргсян, Любов Носачова</i> Види науково-дослідної роботи. Тести	46
<i>Людмила Волкова</i> Специфіка навчання іноземній мові майбутніх фахівців галузі фізичного виховання і спорту	49
<i>Зоя Діхтяренко, Світлана Єрсова</i> Загальна характеристика методів дослідження. Тести	54
<i>Зоя Діхтяренко, Роман Рудольф</i> Методи вимірювання та оцінювання в дослідженнях з фізичного виховання. Тести	58
<i>Едуард Єрмоменко, Денис Самоха</i> Майстерність педагога в професійному розвитку студентів-хортингістів щодо використання комп'ютерних технологій у наукових дослідженнях	61
<i>Руслан Калениченко, Світлана Шеховцева, Іванна Ващук</i> Майстерність педагога в професійному розвитку студентської та учнівської молоді	65
<i>Любов Корінчак</i> Основні підходи до проведення тренувальних занять з учнівською та студентською молоддю	68
<i>Ігор Малинський, Максим Дорошенко</i> Методологія і методи наукових досліджень. Тести	71
<i>Ігор Малинський, Мирослава Караман</i> Методика тестування як метод дослідження	75
<i>Анатолій Савченко</i> Навчання іноземної мови студентів-першокурсників фізичного виховання і спорту	78

ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ І ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ОСВІТИ ТА НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ	81
<i>Валерій Буда</i> Військово-патріотичне виховання у системі вищої освіти: пошуки інноваційних форм та перспективи дослідження	81
<i>Руслан Калениченко, Олександр Дивнич, Дмитро Бреус</i> Особливості використання новітніх освітніх технологій у професійно-технічних навчальних закладах	83
<i>Руслан Калениченко, Геннадій Мустафасв</i> Впровадження інноваційних технологій в освітній процес	86
<i>Валентина Кириченко, Валерія Нечерда</i> Інноваційні методи і технології формування просоціальної поведінки особистості	88
<i>Олександр Кошик, Алла Хатько</i> Хмароорієнтований менеджмент національно-патріотичного виховання в роботі педагога-організатора ЗЗСО	92
<i>Олександр Лаврентьєв, Олена Буток</i> Гирьовий спорт – популярний і доступний вид фізичних вправ у системі освіти	94
<i>Анатолій Пелих</i> Сутність методичної компетентності викладача	97
<i>Олег Сковира, Антон Сковира</i> Військово-патріотичне виховання допризовної молоді та курсантів військового коледжу сержантського складу	99
<i>Валерій Терещенко</i> Загальні принципи побудови процесу фізичного виховання в системі освіти	102
<i>Віта Хіміч, Наталія Демченко</i> Використання народно-хореографічних елементів на уроках фізичного виховання для виховання патріотизму	105
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ: РЕКРЕАЦІЯ, ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	108
<i>Валерій Берзін, Оксана Берзін</i> Особливості впливу фізичного виховання на формування здорового способу життя учнівської молоді	108
<i>Сергій Болтівець</i> Психофізіологічні засоби хортингової рекреації самопочуття	109
<i>Надія Довгань</i> Фізкультурно-спортивний супровід студентів з особливими потребами у закладах вищої освіти	110
<i>Наталія Євдокимова</i> Інноваційні педагогічні технології оздоровлення студентів з обмеженими можливостями	113
<i>Людмила Остапчук, Анастасія Коробченко</i> Медико-біологічні основи виховання: рекреація, фізична реабілітація та здоров'я людини	115
<i>Сергій Сичов, Олена Сиротинська</i> Профілактика серцево-судинних захворювань у спортсменів єдиноборців	119
<i>Юлай Тупєєв</i> Закономірності становлення фізичної рекреації у сучасному світі	121
<i>Вікторія Цибульська, Тетяна Осадченко</i> Фізична рекреація у сфері дозвілля української молоді	123

ХОРТИНГ – НАЦІОНАЛЬНИЙ ВИД СПОРТУ УКРАЇНИ

УДК 37.015.31:614:796.817–057.87(043.3)

*Едуард Єрмоєнко,
кандидат педагогічних наук,
президент Міжнародної федерації хортингу,
заступник директора Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової
підготовки та реабілітації Університету ДФС України*

ФОРМУВАННЯ ЦІННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ЖИТТЯ ДІТЕЙ, УЧНІВСЬКОЇ ТА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ХОРТИНГОМ

Метою дослідження є визначення та наукове обґрунтування засобів позитивного впливу хортингу, що сприяють формуванню цінностей здорового життя й підвищенню рівня здоров'я в учнівській та студентській молоді. Проведено теоретичний аналіз, ґрунтуючись на даних наукових досліджень [3–5; 8; 10], визначено основні фактори ризику, в основі яких є поведінкові звички людини, і їх можливі наслідки впливу на здоров'я: куріння, відсутність фізичної активності, висока калорійне харчування з пониженим вмістом клітчатки, а підвищеним – солі, алкогольна та наркотична залежність, ризикована сексуальна поведінка (багаточисленні партнери, секс без презерватива). Перевірено класифікацію впливу фізичних вправ між бесідами у хортингістів, що має ознаки: інтенсивність (низька, середня, велика); вікова категорія (учнівська та студентська молодь 18–23 роки); стать (хлопці та дівчата); переважаючий прояв вольової якості (одна або декілька вольових якостей: цілеспрямованість, ініціативність, самостійність, наполегливість, дисциплінованість, рішучість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність тощо, які формуються у процесі занять хортингом) [5]. Описані протоколи реєстрації результатів впливу малих форм активного відпочинку на стан здоров'я та розумову працездатність хортингістів [10, с. 492–494] після бесід, що сприяє в подальшому визначенню засобів позитивного впливу хортингу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді.

Ключові слова: цінності здорового життя, здоров'я, фізичні вправи, хортинг, позитивний вплив, організм людини, учнівська молодь, студенти, фактори ризику, розумова працездатність, поведінкова звичка людини, класифікація впливу фізичних вправ, бесіди.

Вступ. Цінності здорового життя дітей, учнівської та студентської молоді ґрунтується на багатьох факторах її життєдіяльності: сім'я, освіта, робота, відпочинок. У науковій літературі уявлення про цінності здорового життя пов'язують з раціонально організованою, фізіологічно оптимальною працею, морально-гігієнічним вихованням, виконанням правил і вимог врівноваженого психологічного стану, раціональним харчуванням і особистою гігієною, активним руховим режимом і систематичними заняттями фізичною культурою, ефективним загартуванням, продуманою організацією дозвілля, відмовою від шкідливих звичок тощо. Звідси, заходи, спрямовані на формування цінностей здорового життя молоді, включають, зокрема, формування мотивації до ведення здорового способу життя; викорінення шкідливих звичок; здорового харчування; забезпечення оздоровчої спрямованості всіх форм організації рухової діяльності, однією з яких є заняття національним видом спорту хортингом. Від того, наскільки успішно вже в молодому віці вдається сформувати і закріпити у свідомості цінності здорового життя, що сприяють розкриттю потенціалу особистості, залежить в подальшому доля молодої людини.

Міцне здоров'я і фізична підготовленість для хортингіста дитячого і молодіжного віку є особливо важливим, так як воно виступає якісною передумовою майбутньої самореалізації спортсмена, здатності не тільки успішно виступати на змаганнях з хортингу, а взагалі до створення сім'ї і народження дітей, до складної навчальної та

професійної роботи, суспільно-політичної та творчої активності. В сучасних умовах здоров'я перестає бути тільки особистою справою молодої людини, воно стає фактором виживання соціуму в цілому, так як молодь є основою соціального розвитку і чинником потенціалу української нації. Особливий соціальний статус, специфічні умови навчальної і трудової діяльності, побуту, тренувальний режим і спортивний спосіб життя хортингістів відрізняють їх від всіх категорій населення і роблять цю групу надзвичайно ефективною в соціальному плані, але все рівно такою, що підлягає впливу негативних чинників суспільного життя. Тому зусилля Української федерації хортингу, спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я молоді. Але проведення федерацією спортивно-масових і оздоровчих заходів не дає постійного і тривалого успіху, що викликає необхідність безперервного пошуку оптимальних шляхів щодо розширення арсеналу засобів позитивного впливу хортингу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді.

Усі ми знаємо, що останні роки вчені все частіше звертаються до здорового способу життя як до самостійного соціального феномена, характеризують його як особливий стан особистості (В. Ф. Бойко, О. М. Докукіна, Т. Ю. Круцевич, І. Й. Малинський, В. Б. Нечерда, В. М. Оржеховська, Т. Є. Федорченко та ін.). Проте феномен „цінностей здорового життя особистості“ вивчений далеко не повністю, хоча проблеми культури духу та тіла ставилися ще в епоху стародавніх цивілізацій. Життя людини залежить від стану здоров'я організму і широти використання його психофізіологічного потенціалу. Всі сторони людського життя в широкому діапазоні соціального буття – виробничо-трудовому, соціально-економічному, політичному, сімейно-побутовому, духовному, оздоровчому, навчальному – в кінцевому рахунку, визначаються рівнем здоров'я [1–4; 6; 7; 10].

У результаті наукових досліджень в даний час існує десятки різних визначень поняття „здоров'я“. Сучасне наукове визначення цього поняття має ґрунтуватися на факті, що стан здоров'я виступає як процес і матеріальне явище в людському організмі. Таким чином, цінності здорового життя грають ключову роль у становленні особистості учня старшої школи та студента ВНЗ, а формування ставлення до особистого здоров'я як до справжньої цінності виступає найважливішим компонентом спортивної підготовки хортингіста [9].

Вихідні передумови. Вивчення теми та проведений аналіз щодо засобів позитивного впливу хортингу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді дозволяє зробити висновок про те, що найчастіше формування даного особистісного утворення відбувається стихійно. За результатами констатувального експерименту на базі Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету державної фіскальної служби України (УДФСУ), який має офіційну угоду про спільну діяльність з Українською федерацією хортингу (УФХ), можна зазначити, що цілеспрямованої роботи щодо розробки та впровадження ефективних засобів позитивного впливу хортингу на формування у студентів цінностей здорового життя, як професійної цінності постійно приділяють увагу – 20 % викладачів, 50 % – лише іноді, 30 % – не надають цій проблемі значення. Питання формування ставлення учнівської та студентської молоді до здорового способу життя досліджувалися О. О. Єжовою, О. І. Остапенком, Ж. В. Петровичем, С. О. Сичовим, Т. В. Тарасовою, М. В. Тимчиком, К. І. Чорною та ін.

Оздоровчі та валеологічні аспекти досліджуваної проблеми та питання оптимізації рухової активності учнівської та студентської молоді розглядалися у роботах З. М. Діхтяренко, М. Д. Зубалія, О. А. Остряньської, С. І. Присяжнюка, А. В. Хатько та ін. Ціннісні аспекти здорового способу життя учнівської та студентської молоді порушувалися у роботах І. Д. Бега, К. О. Журби, В. І. Кириченко, А. М. Литвиненка, В. М. Оржеховської, С. І. Присяжнюка, С. О. Сичова, Т. Є. Федорченко. Однак, вивчення

і впровадження ефективних засобів впливу хортингу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді не був предметом окремого дослідження вчених, педагогів, тренерів.

Мета статті – аналіз, визначення та наукове обґрунтування засобів формування цінностей здорового життя дітей, учнівської та студентської молоді у процесі занять хортингом.

Виклад основного тексту та результатів дослідження. Національна програма розвитку охорони здоров'я в Україні, її цілі та завдання представляють собою комплексну систему заходів боротьби з серйозними соціально значущими захворюваннями, такими як хвороби системи кровообігу, туберкульоз, злоякісні новоутворення тощо. Органи управління охорони здоров'я в Україні приділяють підвищену увагу питанням боротьби з хронічними захворюваннями. Отже, глобальна мета, на досягнення якої сьогодні повинні бути націлені не тільки органи державного управління охороною здоров'я, а й уся сукупність осіб, відповідальних за організацію охорони здоров'я та соціальний захист населення – профілактична діяльність, спрямована на боротьбу з основними факторами ризику хронічних захворювань і подальше скорочення випадків захворюваності та смертності. Першочергове завдання в цьому напрямі – сприяння всебічного розвитку потенціалу здоров'я населення за допомогою масової популяризації здорового способу життя. Поряд із лікуванням, профілактикою захворювань у нашій системі охорони здоров'я завжди відводилося пріоритетне місце. Ситуація ж із профілактикою хронічних неінфекційних захворювань завжди є тривожною. Сьогодні наша система охорони здоров'я потребує впровадження інноваційних рішень в області організації та практичного здійснення профілактики. Необхідно більш активно використовувати наукові та практичні досягнення як вітчизняного, так і світового досвіду в питаннях поширення інформації про цінності здорового життя української молоді.

Основи організації на робочому місці умов, що сприяють підтримці здоров'я співробітників, характеризується високим ступенем наукової спрямованості в зарубіжній літературі, їй присвячені роботи таких зарубіжних авторів, як S. Aldana, L. Breslow, R. Loo, J. Fielding, A. Herrman, C. Wilbur. Всі вони підкреслюють користь корпоративних програм підтримки принципів і засобів здорового життя, і численні вигоди від цього всіх зацікавлених сторін. У вітчизняній літературі ситуація зворотна: дана тема опрацьована мало.

Проблема хронічних захворювань викликає ряд серйозних наслідків [10], таких як погіршення загального рівня якості життя учнівської та студентської молоді, що є причиною передчасної смерті, а також, у цілому, сприяє великим матеріальним витратам для сімей, економічним збиткам на рівні громад і суспільства в цілому. До основних ризиків експерти міжнародної організації відносять звичайні чинники, що піддаються зміні, якими в більшості своїй пояснюють випадки смерті від хронічних неінфекційних захворювань у всіх вікових групах: нездоровий раціон харчування, недостатнє фізичне навантаження, споживання тютюну та алкоголю. Підтверджуючи експертну думку, ґрунтуючись на даних наукових досліджень [3–5; 8; 10], визначено основні фактори ризику, в основі яких є поведінкові звички людини, і їх можливі наслідки впливу на здоров'я.

Засоби і методи позитивного впливу хортингу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді.

Для розробки програми для учнів гуртків хортингу старших класів загальноосвітніх навчальних закладів та студентів вищих навчальних закладів щодо формування цінностей здорового життя, використовувалися цілеспрямовані засоби і методи, ефективність яких була перевірена у практичній роботі тренерів Української федерації хортингу, а саме: гурткові, секційні практичні заняття з хортингу; лекція; дискусія; бесіда; тренінг; міркування; переконання тощо.

Гурткові, секційні практичні заняття з хортингу – один із самих впливових засобів формування цінностей здорового життя учнів шкіл та студентів вузів. Під час гурткових занять хортингом учні в одній групі часто виявляються приблизно одного віку, але різної фізичної, інтелектуальної, вольової підготовки. Найчастіше велика частина спортсменів-початківців хортингу має слабкі і середні здібності. При роботі з такими юнаками і дівчатами необхідно проводити практичні заняття з одночасним наданням теоретичних основ, давати індивідуальні завдання і стимулювати ефективність та самостійність їх виконання. Можна застосувати часткове проведення розминки, самостійне виконання найпростіших фізичних вправ, відпрацювання простих прийомів хортингу. Все це має сприяти підвищенню самооцінки учнівської та студентської молоді. Необхідно мати постійний «зворотний» зв'язок з учнями, своєчасно застосовувати методи заохочення, докладно розбирати досліджуваний матеріал.

Самі хортингісти відзначають наступні чинники, які залучають їх до тренувальних секцій і гуртків: навчитися новим прийомам хортингу; отримувати задоволення; розвивати свої фізичні здібності; знаходити нових друзів; завжди бути в спортивній формі.

Таким чином, командний дух, друзі, позитивні емоції, взаєморозуміння з тренером, зміна виду тренувальної роботи – все це створює позитивний настрій у хортингістів. Тренер з хортингу таким чином комплексно формує позитивні емоції учнів і надає їм знання щодо цінностей здорового життя. Особливо обдарованим і талановитим спортсменам керівник секції хортингу пропонує більш складні завдання, виконуючи які учень здійснює самооцінку, виховуючи в собі навички лідера, необхідні для підтримки здорового життя. Завданням тренера з хортингу є залучення якомога більшої кількості учнівської та студентської молоді до занять фізичною культурою і спортом, залученням їх до здорового способу життя і виробленням у спортсменів потреби до систематичних занять фізичними вправами.

Лекція (від лат. *Lectio* – читання), систематичний, послідовний, монологічний виклад керівником гуртка чи секції хортингу теоретичного навчального матеріалу, як правило спортивного та виховного характеру. Розподіл лекції з хортингу на «шкільну» та «вузівську» вельми умовний і відображає головним чином місце проведення лекції; в інших відносинах подібності між ними значно більше, ніж відмінності. Використання лекції з хортингу в середній загальноосвітній і професійній школі має значення і як засіб підготовки учнів до навчання у вузі, до самоосвіти, до самостійної роботи з підвищення кваліфікації та інших видів саморозвитку особистості, оскільки хортинг розглядається не тільки як спорт, а ще й як виховна система. Структура лекції залежить від особливостей навчального матеріалу і дидактичної мети. У будь-якому випадку лекція з хортингу для учнівської та студентської молоді повинна включати елемент визначення мети й підведення підсумків. Лекція без застосування засобів наочності може сприйматися хортингістами з різного роду спотвореннями і погано запам'ятовується. Лекція – економний за часом спосіб повідомлення молоді значного обсягу інформації оздоровчого напрямку для початку тренувань. Лекція входить органічною частиною в систему навчальних практичних занять з хортингу і повинна бути змістовно пов'язана з їх комплексом, з характером викладання національного виду спорту України хортингу як навчальної дисципліни, з навчально-предметним курсом, також з освітніми та виховними можливостями інших форм навчання. Формування цінностей здорового життя через проведення лекцій відбувається доволі ефективно.

Дискусія (від лат. *discussio* – розгляд, дослідження) є способом організації спільної діяльності декількох спортсменів хортингу з метою інтенсифікації процесу прийняття рішення в спортивній секції чи групі. Даний метод навчання підвищує інтенсивність і ефективність навчального і навчально-тренувального процесу з хортингу за рахунок активного включення учнів спортивної секції в колективний пошук істини. Своєрідність методу дискусії полягає в тому, що він передбачає навчання на моделях, прикладах,

помилках інших учасників дискусії, а також допомагає реалізувати активність кожного хортингіста через включення в навчання елементів дослідження, обговорення специфіки виконання прийомів двоюбою хортингу тощо. Використання дискусії дає можливість учнівській та студентській молоді отримати нову інформацію щодо формування цінностей здорового життя і підвищення своєї компетентності, перевірки власних знань та оцінки їх достовірності. Молоді хортингісти можуть розвинути комунікативні якості і вміння користуватися своїм інтелектом, перевірити свої почуття і їх інтерпретацію оточуючими, виробити звичку нести відповідальність за свої слова, навчитися уникати помилок, допущених іншими в навчально-тренувальній діяльності. Групова дискусія дозволяє учнівській та студентській молоді, яка займається хортингом, побачити обговорювану проблему з різних сторін, сформулювати її, відокремлюючи важливе від другорядного, виявити наявні в групі позиції і угруповання, подолати смислові бар'єри і емоційну упередженість, навчитися оцінювати переваги свого здорового стану над хворобливим.

Бесіда – метод психолого-педагогічного дослідження, що організовується з метою з'ясування індивідуальних особливостей хортингістів, які займаються у спортивних гуртках і секціях (мотиваційної та емоційної сфер, знань, переконань, інтересів, уподобань тощо). Бесіда може проводитися як з самим досліджуваним, так і з іншими знаючими його людьми. Дослідження методом бесіди передбачає наявність загального плану бесіди, як правило, не включає конкретних питань, з виділенням у ньому основних тем і положень, які повинні бути порушені для отримання бажаного результату. Формулювання окремих моментів бесіди будуються таким чином, щоб про обговорену інформацію можна було судити не тільки за прямими деклараціями досліджуваного, а й за непрямими показниками. Бесіда з хортингістами, як правило, не обмежена в часі. Хід і зміст бесіди може фіксуватися за допомогою диктофона, магнітофона або іншого запам'ятовувального пристрою.

Тренінг. На тренінгу надається хортингістам будь-яка певна навчальна програма або набір процедур, розроблених для того, щоб в результаті їх здійснення був отриманий кінцевий продукт у вигляді здорового організму спортсмена, здатного на деяку певну реакцію або участь в деякій складній діяльності, що вимагає умінь (спортивні змагання, семінари, школи хортингу тощо). Це широке визначення охоплює, по суті, всі сучасні способи вживання цього терміна, особливо до фізичного режиму молодого хортингіста. Тренінг – це метод формування умінь і навичок, що представляє собою послідовність завдань, дій або ігор, спрямованих на досягнення хортингістами напрацювання і розвитку необхідного спортивного досвіду.

Міркування – розумовий процес хортингіста, спрямований на обґрунтування будь-якого положення або отримання нового висновку з декількох припущень. Міркування спортсмена хортингу молодіжного віку не завжди буває строго доказовим: в тих випадках, коли необхідно зробити припущення, більш-менш ймовірне, використовуються правдоподібні міркування. Процес міркування про цінності здорового життя має складну структуру: виділення мети міркування, аналіз ситуації, відділення істотних моментів від несуттєвих, виникнення загального плану міркування і його здійснення. У міркуванні відому допоміжну роль відіграють наочні моменти, наприклад, здоровий стан і гарна спортивна підготовленість старших за віком хортингістів або самого тренера. Засобом формування і вираження міркування є мова. При становленні процесу міркування саме мова (промовляння) – важливий засіб оволодіння процесом міркування, збереження послідовності його ланок і контролю за ходом міркування. Про здорове життя спортсмени хортингу мають міркувати не тільки про найближчий час, а будувати стратегію свого власного здорового життя взагалі.

Переконання – усвідомлена потреба хортингіста, що спонукає його діяти у відповідності зі своїми ціннісними орієнтаціями на здоровий спосіб життя. Зміст потреб,

що виступають у формі переконання, відображає певне розуміння необхідності ведення здорового способу життя, належності людини до природи і суспільства. Утворюючи впорядковану систему поглядів, сукупність переконань, виступає як світогляд учнівської та студентської молоді, що займається хортингом. Основа переконання – широкі і глибокі знання. Але знання не переходять у переконання автоматично. Для формування переконання хортингіста у необхідності слідувати за власним здоров'ям, необхідна єдність знань і особливого ставлення до них, як до того, що безперечно відображає дійсність і має визначати поведінку спортсмена. Емоційна сторона переконання пов'язана з його глибоким відчуттям. Дієвість переконання обумовлена потребою хортингіста керуватися ними в поведінці, в тренувальній та повсякденній діяльності. Переконання роблять поведінку хортингіста послідовною, логічною, цілеспрямованою.

Отже, цінності здорового життя, яких дотримується хортингіст – показник, який вказує, як спортсмен реалізує всі умови життєдіяльності для свого здоров'я.

Компоненти, що формують в учнівської та студентської молоді, яка займається хортингом, цінності здорового життя: достатня рухова активність; загартовування; раціональне харчування; дотримання режиму дня; особиста гігієна; відмова від шкідливих звичок.

Стосовно початківців хортингу, тренеру необхідно постійно мати на увазі, що не завжди сам юний хортингіст може забезпечити відповідний спосіб життєдіяльності. Багато що залежить від батьків, організаторів освіти, педагогів, товаришів по секції хортингу. У цьому сенсі спортсмен пасивний, але від того, як організована його життєдіяльність, багато в чому буде залежати і його майбутня поведінка.

Здоровий спосіб життя несумісний зі шкідливими звичками. Вживання алкоголю, інших п'яних і наркотичних речовин, куріння тютюну перешкоджають утвердженню будь-яких сторін здорового способу життя хортингіста. Шкідливі звички входять у число найважливіших факторів ризику багатьох захворювань, негативно позначаються на стані здоров'я учнівської та студентської молоді.

На основі особистих визначень, які видно з наведеної таблиці, можемо констатувати, що кожний фактор ризику має надзвичайно велику кількість різноманітних наслідків впливу на здоров'я хортингіста. Цей факт був одним із завдань бесід, які проводилися з учнівською та студентською молоддю, яка займається хортингом. Після трьох бесід, хортингістам було запропоновано заповнити протокол реєстрації результатів впливу малих форм активного відпочинку на стан здоров'я та розумову працездатність [10, с. 492–494], що сприятиме в подальшому визначенню потенційних можливостей хортингу, як засобу формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді.

Між бесідами під час десяти тренувань у хортингістів перевірялася ефективність класифікації фізичних вправ, які здійснюють вплив і найбільш гармонійно сприяють формуванню цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді, що має такі ознаки: інтенсивність (низька, середня, велика); вікова категорія (учнівська молодь (16–17 років і студентська молодь 18–23 роки); стать (хлопці та дівчата); переважаючий прояв вольової якості (одна або декілька вольових якостей: цілеспрямованість, ініціативність, самостійність, наполегливість, дисциплінованість, рішучість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність тощо, які формуються у процесі занять хортингом). На нашу думку все це є засобами позитивного впливу хортингу на формування в учнів цінностей здорового життя.

Висновки.

Проведений аналіз та узагальнення результатів дослідження дають підстави стверджувати, що хортинг має ефективні засоби позитивного впливу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді, а це дозволяє говорити про досягнення поставленої мети й розв'язання основних завдань вибраного дослідження:

1. Теоретичний аналіз наукової літератури та практичний досвід із проблеми вивчення засоби позитивного впливу хортингу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді доводить, що дана проблема є актуальною, адже, вона забезпечує подолання негативних тенденцій серед учнів гуртків і секцій хортингу, пов'язаних із підвищенням функціонально-емоційного стану та необхідністю виховання й оздоровлення учнівської та студентської молоді в Україні.

2. Підтверджуючи експертну думку, ґрунтуючись на даних наукових досліджень [3–5; 8; 10], визначено основні фактори ризику, в основі яких є поведінкові звички спортсменів хортингу, і їх можливі наслідки впливу на здоров'я: куріння (скорочення тривалості життя, серцево-судинні захворювання, виникнення раку легень, хронічне захворювання легень, хронічне запалення дихальних шляхів (від носової порожнини до альвеол легень), склеротичні ураження стінок судин, звуження судин (гіпертонія), погіршення пам'яті, запаморочення, поява недокрів'я, погіршення стану імунної системи, руйнування кісткової та хрящової тканини, гальмування судинних і дихальних центрів, виникнення некрозів, що є наслідком появи тромбів через запалення судин, погіршення стану вегетативної нервової системи, погіршення роботи всіх органів і систем організму, негативний вплив на процес розмноження та дозрівання статевих клітин, ускладнення внутрішньоутробного розвитку, ускладнення пологів, поява спадкових хвороб), відсутність фізичної активності (погіршення сну, збільшення вісцерального жиру, який накопичується навколо внутрішніх органів, розвиток остеоартриту, серцево-судинні захворювання, м'язи атрофуються, виникнення раку, поява остеопорозу, виникнення діабету, виведення з організму токсинів через піт, підтримка ваги в нормі, покращення опору організму до інфекційних захворювань, порушення роботи мозку, погіршення загального стану організму), висококалорійне харчування з пониженим вмістом клітчатки, а підвищеним – солі (скорочення тривалості життя, скорочення активного життя, погіршення адекватної адаптації людини до навколишнього природного середовища, серцево-судинні захворювання, припинення росту організму, виникнення раку, погіршення функції їжі в організмі, виникнення діабету, негативний вплив на формування характеру харчування, уповільнене відновлення працездатності організму, уповільнене забезпечення нормальної репродуктивної функції, незахищеність від впливу несприятливих екологічних умов, шкідливих виробничих і побутових чинників, зниження функцій організму до профілактики захворювань), алкогольна та наркотична залежність (серцево-судинні захворювання, загроза для нервової системи. погіршення пам'яті, сну, рухової координації, розумових здібностей, порушення ходи. втрата апетиту, зниження ваги, виникнення раку, пошкодження печінки, почуття божевілля, депресії, страху, тривоги, агресії, панічної атаки, відчуття заціпеніння, поява гнійного руйнування кісткової системи, травм, думки про суїцид, ослаблений імунітет, виникнення остеомієліту, поява ВІЛ-інфекції, парентеральний вірусний гепатит, параліч дихальних шляхів), ризикована сексуальна поведінка (багаточисленні партнери, секс без презерватива) (поява ВІЛ-інфекції, туберкульозу, гепатитів, виникнення раку, інфекцій, які передаються статевим шляхом, загроза статевого та репродуктивного здоров'я, загроза безпліддя, проблеми у становленні особистості, поява шкідливих звичок (куріння, алкоголь, наркотики).

3. Перевірена класифікація впливу фізичних вправ між бесідами у хортингістів сприяє формуванню цінностей здорового життя дітей, учнівської та студентської молоді, що має ознаки: інтенсивність (низька, середня, велика); вікова категорія (учнівська молодь 16–17 років і студентська молодь 18–23 роки); стать (хлопці та дівчата); переважаючий прояв вольової якості (одна або декілька вольових якостей: цілеспрямованість, ініціативність, самостійність, наполегливість, дисциплінованість, рішучість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність тощо, які формуються у процесі занять хортингом) [5].

4. Заповнені хортингістами протоколи реєстрації результатів впливу малих форм активного відпочинку на стан здоров'я та розумову працездатність [10, с. 492–494] після проведення з ними трьох бесід, сприяє в подальшому визначенню засобів позитивного впливу хортингу на формування цінностей здорового життя дітей, учнівської та студентської молоді.

Перспективи подальшого дослідження. Наступна діяльність і подальша робота над формуванням цінностей здорового життя дітей, учнівської та студентської молоді у процесі занять хортингом у констатувальному, формувальному та контрольному експериментах буде конкретизована в результатах дослідження та опублікована в наукових фахових виданнях.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості. Т. 1. / І. Д. Бех. – Чернівці : Букрек, 2015. – 840 с.
2. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості. Т. 2. / І. Д. Бех. – Чернівці : Букрек, 2015. – 640 с.
3. Військово-патріотичне виховання учнів у позакласній роботі : посібник / [уклад. М. Зубалій, В. Івашковський, О. Остапенко, М. Тимчик, Б. Шаповалов, З. Діхтяренко, І. Білоцерківець]. – К : ПАЛИВОДА А. В., 2016. – 232 с. ; табл., рис.
4. Діхтяренко З. М. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24 (на засадах хортингу) : метод. посіб. / З. М. Діхтяренко, І. С. Данилюк, Н. І. Скляр; за заг. ред. З. М. Діхтяренко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 324 с.
5. Єрмоєнко Вероніка. Профілактика основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку / В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 38–47.
6. Єрмоєнко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : автореф. ... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Єрмоєнко Едуард Анатолійович. – К., 2015. – 21 с.
7. Єрмоєнко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Єрмоєнко Едуард Анатолійович. – К., 2015. – 222 с.
8. Єрмоєнко Е. Вплив здоров'я на біомеханічні показники серця спортсменів вищої кваліфікації за результатами даних ехокардіографії / Е. Єрмоєнко, В. Чибісов, О. Говоруха, Ю. Рейдерман // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2015. – Вип. 4. – С. 92–103.
9. Єрмоєнко Е. Формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді на заняттях хортингом у навчальних закладах / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 6. – С. 115–123.
10. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України : метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
11. Петрович Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрович, Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 544 с.
12. Присяжнюк С. І. Оздоровча фізична культура студентів вищих навчальних закладів ІТ-технологій: підруч. / С. І. Присяжнюк, Д. Г. Оленев, Ю. М. Парчевський. – К. : НУБіП України, 2016. – 508 с.

Іван Ільницький,

інструктор з хортингу, лікар-стоматолог вищої категорії в місті Києві

СИСТЕМА ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗАХИСТУ ЗУБОЩЕЛЕПНОГО АППАРАТУ В СПОРТСМЕНІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ХОРТИНГОМ (КАПИ)

Описано вплив ударної техніки в хортингу на зубощелепний апарат спортсмена та зменшення ризиків травмування під час тренувань і змагань. Звернено увагу на класифікацію, види та способи виготовлення кап. Перераховано пошкодження (фронтальні, бокові, нижні), в залежності від напрямку нанесення удару. На основі наукових досліджень (В. І. Доценко, М. Д. Король, О. Д. Оджубейська, А. М. Чуйко, І. А. Шинчуковський та ін.) визначити фактори ризику ударної техніки, механізмів впливу кінетичної енергії руху ударних точок на скронево-челюсні суглоби, зубні ряди, ясна, кістку, м'які тканини з обґрунтуванням використання засобів захисту. Порівняння різноманітних кап і вибір найкращих за ефективності.

Ключові слова: капа, здоров'я, безпека, індивідуальні засоби захисту, травма, зубощелепний апарат, класифікація, види та способи виготовлення кап, струс мозку, пошкодження зубів і м'яких тканин порожнини рота, скронево-нижньочелюсний суглоб.

Вступ. Завданням сучасної ортопедичної стоматології є впровадження технологій і нових матеріалів у дентальну практику, що дає змогу забезпечити найбільш ефективно та повноцінне ортопедичне лікування. Для незнімних конструкцій дуже важливим є їх якісна постійна фіксація. В клініці ортопедичної стоматології матеріали для фіксації незнімних конструкцій постійно оновлюються та вдосконалюються. Вони відносяться до групи допоміжних матеріалів і є певні вимоги до їх клінічних і технологічних властивостей. На сьогодні є широкий спектр матеріалів для надійної фіксації різних видів незнімних протезів. Однак, можна констатувати той факт, що єдиної класифікації таких матеріалів не має. Найпоширенішими на сьогодні є різні види цементів (особливо полікарбоксилатних і склоіономерних) та композити і компомери. Значні пропозиції ринку стоматологічних матеріалів інколи ставлять лікаря в скрутне становище при виборі матеріалу. Важливими рисами при виборі матеріалу для фіксації є його адгезивність до тканин зуба, індиферентність, високі параметри міцності. В нових фінансово-економічних умовах важливим є і відповідність ціни та якості матеріалу. Тому необхідно звертати увагу на комплектацію матеріалу, його призначення та інші характеристики [8, с. 7].

Використання ударної техніки в хортингу особливо в розділах у яких дозволяються удари в область голови, наприклад, рукою чи ногою, зумовлює ризики травмування зубощелепного апарату. Для зменшення цих ризиків і збереження здоров'я спортсменів у хортингу використовують такі засоби як боксерські рукавички, шоломи із закритим підборіддям, боксерські капи або капи для ударних видів єдиноборств і засоби захисту для інших частин тіла. В цілому, на мою думку, хортинг – це досить продумана та безпечна бойова система, яка дозволяє спортсмену використовувати всі можливі техніки для перемоги і зберегти при цьому своє здоров'я та здоров'я свого суперника на змаганнях, чи просто на звичайному тренуванні. Капа є важливим елементом цієї системи.

Хортинг – національний вид спорту України заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу. Він сприяє залученню молодого покоління до загальнолюдських цінностей, а також формуванню внутрішньої культури особистості, її високих вольових якостей, навичок здорового способу життя, гармонійному фізичному розвитку дітей.

Слово „хортинг“ походить від назви відомого та славетного острова Хортиця, де була розташована Запорозька Січ, яка відіграла прогресивну роль в історії українського народу. Хортинг включає в себе оздоровчі, загальнофізичні, технічні й тактичні елементи, а також виховні та філософські аспекти українського національного виду спорту як впливової виховної системи фізичного та морально-етичного напрямку,

реального інструменту виховання сильного українця, гідного громадянина-патріота Української держави [1-3].

Мета дослідження – визначення та наукове обґрунтування використання індивідуальних кап як найкращих і найбезпечніших засобів захисту зубощелепного апарату спортсмена, який займається хортингом.

Виклад результатів дослідження. Капа – засіб з гнучкої пластмаси, який одягають на зуби, щоб захистити їх від спортивних травм. Капи: загальні елементи дії. За рахунок амортизації, поглинання та рівномірному розподілу надлишків кінетичної енергії відбувається пом'якшення та зменшення таких явищ як струс головного мозку, гостра травма кісток щелеп, скронево-челюсного суглобів, м'яких тканин губ, язика, щік, твердих тканин – травматичних сколів емалі зубів та ін. При отриманні струсу головного мозку, спортсмени, що використовували капу зазнавали менш інтенсивного враження ніж ті, що нехтували капами. Спортсмени, які користувалися капами, і отримали ураження скронево-челюсних суглобів або м'яких тканин, або пошкодження зубів та щелеп мали менш важкі травми, ніж в аналогічних ситуаціях спортсмени, які не використовували кап. Це доводить необхідність та обов'язковість використання кап.

У залежності від напрямку нанесення удару розрізняють такі пошкодження: фронтальні (пошкодження м'яких тканин губ, щік, язика, ясен а також передніх зубів), бокові (пошкодження скронево-нижньочелюсних суглобів, бічних зубів і щелепи), нижні (струс мозку, втрата свідомості, перелом щелепи). На сьогодні існує класична класифікація кап: односторонні (верхня щелепа) та двосторонні (верхня і нижня щелепа). За способом виготовлення: стандартні та індивідуальні.

Стандартні капи можуть бути виготовлені фірмами-виробниками. Можливе використання різноманітних матеріалів, а також виробництво одношарових або багатошарових кап. Усі вони мають стандартні розміри, наприклад: дитячі або для дорослих; малі, середні або великі. Найчастіше, методом підбору, можливо досить точно визначити найкращий варіант для спортсмена. Порівняльні характеристики стандартних кап потребують більш широкого дослідження, для виявлення найбільш ефективних кап різних виробників. Переваги стандартних кап: доступність та відносно низька вартість; зручність у використанні; досить непогані амортизаційні властивості за рахунок використання сучасних термопластичних полімерів. Деякі виробники пропонують використовувати багатошарові капи з каналами для вільного проходження повітря, або з елементами, які посилюють жорсткість (фронтальна накладка). Звичайно є логотип фірми-виробника або візуальні «покращення», які додають мотивації для покупки певної капи. Недоліки: амортизаційні властивості, захист суглобів і м'яких тканин гірший у порівнянні з індивідуальними капами.

Переваги індивідуальних кап: надійна фіксація завдяки щільному приляганню до всіх анатомічних утворень: зубів, ясен, альвеолярних відростків, вуздечок; повторення елементами капи індивідуальних особливостей спортсмена; відсутність балансування; використання тришарового силікону з шарами змінної жорсткості та проміжним жорстким шаром, покращує поглинання і розподілення кінетичної енергії удару; ортопедична підтримка нижньої щелепи – правильне положення прикусу сприяє надійній фіксації скронево-нижньощелепного суглобу та запобігає його травмуванню; краще попереджує травмування м'яких тканин щік і губ, за рахунок гарного прилягання до вуздечок і повторення матеріалом капи анатомічних особливостей слизової оболонки спортсмена; гіпоалергенність – використання сучасних матеріалів. Використання барвників і візуальних покращень за побажанням спортсмена. Види індивідуальних кап: одношарові (використовуються переважно в комбінації з шоломом і захистом підборіддя. Переваги: більш простий процес виготовлення і вартість капи та краще поглинання енергії удару в порівнянні зі стандартними капами); двошарові (більш складні технологічно. Переваги: краще поглинають та розподіляють енергію удару за рахунок товщини 4 мм та використання шарів із різними фізико-механічними властивостями); тришарові (мають складну будову із заданими

властивостями зон поглинання енергії (вставками та шарами з різними ступенями жорсткості). Переваги: найкраще поглинають і розподіляють енергію удару). Недоліки індивідуальних кап: вартість, терміни виготовлення та складність технологічного процесу. Необхідність попереднього замовлення у спеціаліста-стоматолога.

Висновок.

1. Тришарові індивідуальні капи забезпечують найкращий рівень захисту. Рекомендовано використання індивідуальних одношарових кап у комбінації з захисним шоломом (із захистом підборіддя) при відпрацюванні ударної техніки в спарингу на тренуваннях. Використовувати тришарові індивідуальні капи під час змагань у розділі «Двобій» для забезпечення найкращого рівня захисту.

2. Використовувати двошарові капи під час змагань, де можливе випадкове травмування під час кидка, наприклад, у розділах «Боротьба» та «Сутичка».

3. Захист і збереження здоров'я спортсмена хортингу – це найважливіша умова для національного виду спорту.

Перспективи подальшого дослідження. З метою покращення рівня захисту кап необхідно досліджувати та впроваджувати нові елементи конструкції, нові енергопоглинаючі, гіпоалергенні матеріали. Також проводити дослідження щодо ефективності кап різних фірм-виробників, для виявлення недоліків і переваг тих чи інших кап, визначаючи оптимальний варіант (ціна-якість) для рекомендацій спортсменам, які займаються хортингом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Діхтяренко З. М. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. М. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наукових праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.] – К.: Паливода А. В. 2014. – Вип. 1. – С. 53-59.

2. Діхтяренко З. М. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24 (на засадах хортингу) : метод. посіб. / З. М. Діхтяренко, І. С. Данилюк, Н. І. Скляр; за заг. ред. З. М. Діхтяренко. – К.: Паливода А. В., 2015. – 324 с.

3. Єрьоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К.: Паливода А. В., 2014. – 1064 с.

4. Жулев Е. Н. Частичные съёмные протезы (теория, клиника и лабораторная техника): руководство для врачей / Е. Н. Жулев. – 2-е изд., испр.. – М.: МИА, 2011. – 418 с.

5. Матеріалознавство у стоматології: навчальний посібник для студентів стомат. фак. вищ. мед. навч. закладів IV рівня акредитації / під. заг. ред. М. Д. Короля; М. Д. Король, О. Д. Оджубейська, В. І. Доценко та ін.; УМСА. – Вінниця: Нова книга, 2008. – 235 с.

6. Пропедевтика ортопедичної стоматології /за ред. проф. М. Д. Короля. – Вінниця: Нова книга, 2009. – 240 с.

7. Рожко М. М. Ортопедична стоматологія: [підручник для студ. стомат. фак. вищ. мед. навч. закладів III-IV рівнів акредитації] / М. М. Рожко, В. П. Неспрядько. – Вид. 2-ге, виправ., доп. – К.: Книга плюс, 2008. – 575 с.: ил. – (Медична література).

8. Нідзельський М. Я. Ортопедична стоматологія для лікарів-інтернів: навчальний посібник / М. Я. Нідзельський, Г. М. Давиденко, В. В. Кузнецов. – П.: ФОП Болотін А. В., 2016. – 216 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://elib.umsa.edu.ua/bitstream/umsa/2324/3/pi.pdf>.

9. Трезубов В. Н. Ортопедическая стоматология. Прикладное материаловедение: Учебник для медицинских ВУЗов / В. Н. Трезубов, М. З. Штейнгатт, Л. М. Мишнев. – С.-Петербург: Специальная литература, 1999. – 364 с.

10. Чуйко А. Н. Биомеханика в стоматологии / А. Н. Чуйко, И. А. Шинчуковский. – Харьков: ФОРТ, 2010. – 466 с.

Сергій Карасевич,
*Президент Київського спортивного клубу хортингу «Пантера»,
Майстер спорту України з хортингу, суддя міжнародної категорії,*
Ігор Шевчук,
Інструктор Київського спортивного клубу хортингу «Пантера»,
Наталія Волинець,
Інструктор Київського спортивного клубу хортингу «Пантера»,
Євген Биченко,
*Президент Шевченківської районної федерації хортингу в м. Києві
Майстер спорту України з хортингу*

УСПИХИ КИЇВСЬКОГО СПОРТИВНОГО КЛУБУ ХОРТИНГУ «ПАНТЕРА» В 2018 РОЦІ

Тренерським складом спортивного клубу хортингу «Пантера» проаналізовано успіхи клубу в 2018 році. Зроблено висновки та акцентовано увагу, що тренуюючи більше двохсот учнів, ми покладаємося на триякову взаємодію: тренер – спортсмени – батьки. Таким чином, у єдинстві – сила, а в силі – перемога.

Ключові слова: хортинг, єдиноборство, тренерський склад, спортивний клуб хортингу «Пантера», патріоти, єдність, змагання, сила, честь, перемоги, успіхи, досягнення, тренер, спортсмени, батьки.

У сучасних умовах перебудов і реформувань українська педагогічна практика перебуває під впливом різних західних течій, ринкових відносин, капіталізації суспільства, інших глобальних змін. За таких обставин перед закладами освіти постають складні й відповідальні завдання формування нової людини, володаря таких якостей, як: фізична витривалість, мобільність, нестандартність у вирішенні поставлених завдань, прагнення до оновлення знань протягом усього життя, за збереження своєї індивідуальності уміння конструктивно працювати з колективом і в колективі. Зазначене все виразніше спонукає до реформ в українській освіті, рішучих кроків до системного вдосконалення процесу навчання і виховання, оздоровлення дітей [8, с. 3].

Таким чином, нашим рішучих кроків до системного вдосконалення процесу навчання, виховання та оздоровлення дітей було створення в 2013 році спортивного клубу хортингу (СКХ) «Пантера». 03 квітня 2015 року – день офіційної реєстрації нашого СКХ. Чому спортивний клуб хортингу? А тому, що тренерський склад (С. Карасевич, Х. Зайдов, О. Близнюк, І. Шевчук, Н. Волинець, Є Биченко) має схожі ідеї, що має й хортинг – ідея відродження комплексної системи самовдосконалення особистості, заснованої на фізичному, морально-етичному та духовному вихованні, пов'язана з віковичною роллю давніх народних традицій, що передавалися від покоління до покоління. Сучасний український хортинг – це універсальна система змішаного єдиноборства, яка втілила у собі найбільш ефективні та дієві прийоми спортивних і прикладних єдиноборств та бойових мистецтв. Виховна і філософська основа хортингу – здоровий спортивний дух людини та славні традиції козаків Запорозької Січі. Сучасники слово «хортинг» не без підстав асоціюють із островом Хортиця, на якому існувало лицарство і самопожертва, відвага та виховання могутніх і вольових чоловіків. Саме тому спортивне єдиноборство «хортинг» символічно названо на честь місця проведення давніх козацьких двобоїв – «хорту», в який вони збиралися для виявлення найсильніших, і на честь найбільшого на Дніпрі острова Хортиця – сакрального центру і колицки козацької доблесті Запорозької Січі. Основна мета хортингу – охоплення оздоровчим рухом всіх верств населення України від маленьких дітей до людей літнього віку, популяризація та підвищення ролі фізичної культури та спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відвернення їх від шкідливих звичок, виховання особистості в душі добропорядності, патріотизму та любові до Батьківщини [2, с. 56; 4, с. 52-53; 5, с. 5; 6-8]. А ми, тренери СКХ «Пантера» – патріоти України! Наша тренерсько-педагогічна праця несе національно-патріотичні цінності!

Тренуючи більше двохсот учнів, ми покладемося на триякову взаємодію: тренер – спортсмени – батьки.

Мета – опис досягнень Київського спортивного клубу хортингу «Пантера» в 2018 році.

Отже, тренери С. Карасевич, Х. Зайдов, О. Близнюк, І. Шевчук, Н. Волинець, Є Биченко систематичними тренуваннями та наполегливою працею змогли з вихованцями досягнути таких спортивних результатів у 2018 році:

1. 12 травня пройшов Чемпіонат СКХ «Пантера». У розділі «Двобій» отримали спортсмени медалі за: 1 місце – Євген Боярський, Данило Валько, Денис Волинець, Іван Воробей, Маша Воробей, Настя Грибович, Даша Гузенко, Катерина Діхтяренко, Максим Жарий, Денис Жуковський, Ольга Кидисюк, Олександр Пелешок, Єгор Старий, Миколай Самонов, Борис Тетерятник, Анна Тітарчук, Володимир Шелудченко; 2 місце – Дар'я Боднар, Вероніка Іванова, Катерина Земенкова, Кирило Зіневич, Влад Жуковський, Тимофій Кузьменко, Михайло Лещов, Дмитро Радільчук, Ілля Третяк, Ростислав Франчук, Денис Шкатов, Богдана Шулькевич, Дар'я Шамонова; 3 місце – Денис Виговський, Поліна Волинець, Олексій Демитров, Єгор Кирилюк, Данііл Лізогубенко, Борис Харченко, Андрій Терещенко; 4 місце – Валерія Токарева.

2. 19 травня пройшов Кубок Київського регіону. У розділі «Сутичка» призові місця посіли спортсмени: Катерина Діхтяренко та Анастасія Головка – 1 місце, Микита Макєєв – 3.

3. З 1-3 червня у смт. Кирилівка пройшов турнір «Кубок Азовського моря». У розділі «Двобій» отримали медалі: Лев Карасевич, Євген Боярський та Борис Тетерятник – 2 місце, Дарина Гузенко – 3.

4. 9 вересня традиційно пройшов Фестиваль Хортингу на Хрещатику м. Києва. У програмі фестивалю були показові виступи клубів України з різних розділів. А також, найяскравішою подією Дня фізичної культури і спорту – реєстрація першого в історії України рекорду з масового одночасного виконання спортсменами форм (захисної та атакуючої) першого рівня. 281 хортингіст узяв участь, щоб було зареєстровано Всеукраїнський рекорд.

5. 15-16 вересня відбувся Чемпіонат Львівської області з хортингу. Призові місця спортсмени СКХ «Пантера» посіли: Анастасія Головка, Катерина Діхтяренко та Дар'я Гузенко – 1, Євген Боярський – 2 та Данило Валько – 3 місце.

6. 30 вересня 2018 року спортсмени спортивного клубу «Пантера» взяли участь у Чемпіонаті м. Києва з хортингу та отримали призові місця: Євген Боярський, Дарина Гузенко, Вероніка Іванова, Катерина Случинський, Ганна Титарчук – 1; Данило Валько, Анастасія Головка, Володимир Костира, Єгор Старий, Данило Щипакіна – 2; Катерина Земенкова, Богдан Чавро – 3 місце.

7. 6 жовтня спортсмени спортивного клубу хортингу «Пантера» взяли участь у змаганнях Відкритого кубку Чернігівської області з хортингу, що присвячені 75-ої річниці визволення Чернігівщини від фашистських загарбників та 50-річчя Козелецької ДЮСШ з розділів: «Сутичка», «Двобій» та «Показовий виступ». Отримали перемогу: Євгеній Боярський, Денис Волинець, Дар'я Гузенко, Володимир Шелудченко.

8. У м. Запоріжжя з 20 по 21 жовтня 2018 відбувся Всеукраїнський турнір. Спортсмени СКХ «Пантера» взяли участь у розділах: «Сутичка» (Євгеній Боярський, Данило Валько, Дар'я Гузенко – 1 місце, Микола Самонов – 2 та Поліна Волинець і Микола Самонов – 3.) та «Двобій» (Євгеній Боярський, Данило Валько, Дар'я Гузенко, Анастасія Головка – 1 місце, Микола Самонов – 2).

9. 4 листопада відбувся Кубок Черкаської області. Спортсмени в чесних перемогах отримали призові місця з розділу «Сутичка»: Денис Волинець, Анастасія Головка, Дар'я Гузенко – 1 місце, Поліна Волинець – 2 та Євгеній Боярський з Денисом Довганич – 3. У розділі «Двобій»: Денис Волинець, Іван Воробей, Марія Воробей, Дар'я

Гузенко, Микола Самонов – 1 місце, Євгеній Боярський – 2 і Денис Довганич – 3. У розділі: «Форми»: Катерина Діхтяренко – 1 місце.

10. З 15 по 18 листопада в м. Трускавець відбувся чемпіонат Європи з хортингу. Спортсмени СКХ «Пантера» отримали призові місця в розділах «Сутичка» (Євгеній Боярський та Дар'я Гузенко – 1 місце) та «Форми» (Катерина Діхтяренко – 3 місце).

Таким чином, можна зробити наступні **висновки**:

1. Спортивний клуб хортингу названо в честь сильного, мужнього та граціозного звіра – пантери, яка не відступає перед труднощами – не її амплуа!

2. За високі досягнення на змаганнях, популяризацію хортингу в Україні та за кордоном, здоровий спосіб життя та любов до рідної країни бійця спеціального підрозділу СКХ «Пантера» отримали: Євангеліна Близнюк, Євген Боярський, Денис Волинець, Іван Воробей, Анастасія Головка, Дар'я Гузенко, Катерина Діхтяренко, Лев Карасевич, Михайло Лещов, Микола Самонов, Єгор Старий, Борис Тетерятник, Денис Шкагов.

3. У грудні 2018 році випущено річний журналу спортивного клубу хортингу «Пантера» з результатами змагань різного рівня.

4. На сьогодні в СКХ «Пантера» працюють інструктори в трьох районах м. Києва: С. Карасевич, Н. Волинець, Є Биченко та І. Шевчук – Шевченківський район, Х. Зайдов – Оболонський район і О. Близнюк – Дніпровський район, які систематично читають науково-методичну літературу, що пов'язана з хортингом [1-5; 8], всі змагання та досягнення спортсменів висвітлюють на офіційному сайті [6], а календар змагань клубу складають із урахуванням календарного планування на поточний рік, що висвітлений на Офіційному сайті Української федерації хортингу [7].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Військово-патріотичне виховання учнів у позакласній роботі : посібник / [уклад. М. Зубалій, В. Івашковський, О. Остапенко, М. Тимчик, Б. Шаповалов, З. Діхтяренко, І. Білоцерківець]. – К : ПАЛИВОДА А. В., 2016. – 232 с. ; табл., рис.

2. Діхтяренко З. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 1. – С. 53-59 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/8728/>

3. Діхтяренко З. Ігри патріотів (для учнів початкових класів) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/707715/1/ІГРИ%20ПАТРІОТІВ%20%28для%20учнів%20початкових%20класів%29.pdf>.

4. Діхтяренко З. М. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24 (на засадах хортингу) : метод. посіб. / З. М. Діхтяренко, І. С. Данилюк, Н. І. Сляр; за заг. ред. З. М. Діхтяренко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 324 с.

5. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма гурткової (секційної) роботи «Хортинг» для учнів 1–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів : навч. вид. / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2012. – 268 с.

6. Офіційний сайт спортивного клубу хортинга (СКХ) «Пантера» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://horting.kiev.ua/kлуби>; <http://pantera.net.ua/>.

7. Офіційний сайт Української федерації хортингу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.horting.org.ua/node/10>.

8. Петрочко Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2015. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/707687/>.

*Андрій Литвиненко,
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
Президент Харківської обласної федерації хортингу,
Харківський національний університет радіоелектроніки*

ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ ХОРТИНГУ НА ЗАНЯТТЯХ ЗІ СТУДЕНТАМИ ПЕРШОГО КУРСУ ТЕХНІЧНОГО ВИШУ

Показано результативність навчального процесу на заняттях з фізичного виховання у виші, в процесі якого застосовується адаптована методика підготовки в національному виді спорту – хортингу. Встановлена ефективність тренувальних вправ хортингістів для вдосконалення фізичної та розумової працездатності студентів.

Ключові слова: хортинг, спортивна підготовка, навчальний процес, тренувальні вправи, методика, тестування фізичної підготовленості, спортивна техніка.

У період активного становлення української держави все більш актуальними становляться пошуки витоків національних військових традицій. Формування сучасної армії потребує в першу чергу застосування в бойовій підготовці комплексу ефективних методик виховання воїнів – патріотів нашої Вітчизни. Відомо, що українське козацтво було своєрідним лицарським орденом, у якому послідовно велося патріотичне виховання та наполегливо здійснювався фізичний гарт козаків. Особливо інтенсивний бойовий вишкіл проходив на острові Хортиця. Там формувалися стійкі методичні традиції бойової підготовки та виявлялися ефективні критерії підготовленості воїна. Хортинг – національний вид спортивного єдиноборства, в формуванні якого гармонійно перетинаються споконвічні бойові традиції українського народу та наукові підходи сучасної теорії підготовки в спорті [2; 3; 5]. Як вказує засновник хортингу Е. Єрмоменко, система підготовки, виховання характеру, вдосконалення майстерності та надбання змагального духу українських козаків лягли в основу хортингу, як виду спорту, народженого в Україні, який має регламентовані правила змагань, за якими за бажанням можуть змагатися спортсмени різних вікових груп та кваліфікаційних рівнів. Загальноприйнятим, серед фахівців з хортингу, є методологічний підхід, який полягає в тому, щоб при організації спортивної підготовки цей вид спорту зберіг у собі характерні риси українського національного бойового мистецтва та водночас відповідав найвищим стандартам Олімпійського руху [1; 4; 6].

Мета – описати ефективність тренувальних занять з хортингу для вдосконалення фізичної та розумової працездатності студентів Харківського національного університету радіоелектроніки.

При організації системи фізичного виховання в Харківському національному університеті радіоелектроніки нами застосований підхід, при якому активно використовується дидактичний і загальний педагогічний потенціал олімпійських і визнаних Міністерством молоді та спорту України неолімпійських видів спорту, а спрямованість дії системи фізичного виховання коригується в залежності від короткострокових, середньострокових і довгострокових завдань підготовки. Рівень підготовленості визначається попереднім, проміжним і підсумковим тестуванням.

Основна кількість студентів першого курсу, які спеціалізуються з єдиноборств, займаються з предмету «Фізичне виховання» в групах з національного виду спорту – хортингу. На заняттях у цих групах використовуються адаптовані під фізичні й психологічні особливості студентів і їх кваліфікаційний рівень, вправи з величезного арсеналу системи спортивної підготовки хортингістів початкового рівня підготовленості. 48 % студентів, які відвідують академічні заняття з предмету «Фізичне виховання» з хортингу, також залучені до тренувального процесу в спортивній секції з хортингу. Ці тренування відрізняються великими фізичними навантаженнями загального та спеціального спрямування, інтенсивною техніко-тактичною підготовкою, націленістю занять на підготовку до спортивних змагань різного рівня.

Фізичну підготовку студентів-хортингістів поділяють на: загальну фізичну

підготовку, спрямовану на підвищення загальної працездатності; допоміжну фізичну підготовку; спеціальну фізичну підготовку, спрямовану на розвиток спеціальних фізичних якостей; функціональну підготовку, яка забезпечує «виведення» хортингістів на високий обсяг та інтенсивність навантажень.

Технічна підготовка передбачає вивчення та вдосконалення ударної та блокувальної техніки рук, ударної та блокувальної техніки ніг, техніку кидків у стійці, техніку в положенні лежачі, техніку падіння, техніку виведення та збереження рівноваги.

Аналіз проведеного нами тестування фізичної працездатності студентів академічних груп і студентів, які займаються в спортивній секції хортингу вказує на достовірне зростання фізичної працездатності протягом навчального року. Експертне оцінювання оволодіння спортивною та прикладною технікою хортингу показує, що після першого року навчання 82 % студентів впевнено опановують прийоми спортивної боротьби та активної самооборони. 24 % студентів після першого року навчання виходять на рівень спортивної підготовленості достатній для участі у змаганнях з національного виду спорту – хортингу серед спортсменів початківців. Вважаємо за потрібне відмітити малий відсів студентів зі спортивних секцій хортингу, що свідчить про якісне застосування методики спортивної підготовки та вдале її адаптування в залежності від специфічних особливостей контингенту студентів-хортингістів.

Висновки:

1. Академічні заняття хортингом сприяють збільшенню фізичної працездатності студентів.

2. Поєднання практичних академічних і тренувальних занять з хортингу створює певний синергетичний ефект, при якому поліпшуються показники здоров'я і фізичної підготовленості. Це створює умови для більш результативної учбової діяльності і особистісного вдосконалення студентів.

3. Оскільки стрімко збільшується інтерес молоді до занять змішаними видами єдиноборств, вважаємо за доцільне інтенсивне впровадження в педагогічний процес, спрямований на фізичне виховання студентів, адаптованих елементів національного виду спорту – хортингу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ашанин В. С. Специфические особенности структуры технико-тактического арсенала неолимпийских единоборств ударного типа и пути его совершенствования / В. С. Ашанин, А. Н. Литвиненко // Слобожанський науково-спортивний вісник, № 1 (45) Харків 2015, ХДАФК. – С. 11-15.

2. Діхтяренко З. М. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. М. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наукових праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.] – К.: Паливода А. В. 2014. – Вип. 1. – С. 53-59.

3. Діхтяренко З. М. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24 (на засадах хортингу) : метод. посіб. / З. М. Діхтяренко, І. С. Данилюк, Н. І. Скляр; за заг. ред. З. М. Діхтяренко. – К.: Паливода А. В., 2015. – 324 с.

4. Єрьоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К.: Паливода А. В., 2014. – 1064 с.

5. Литвиненко А. М. Співвідношення тренувальних засобів загальної та спеціальної спрямованості в річному циклі спортивної підготовки кваліфікованих єдиноборців в хортингу / А. М. Литвиненко // Теорія і методика хортингу : зб. наукових праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К.: Паливода А. В. 2015. – Вип. 3. – С. 205-210.

6. Lytvynenko A. Analysis of information models of student's physical readiness in higher educational establishments [Текст] / A. Lytvynenko, Iu. S. Gubnytska // Матеріали 5-й Международной научно-технической конференции «Информационные системы и технологии», 12-17 сентября 2016 г. – Х.: НТМТ, 2016. – С. 221-222.

Валентина Оржеховська,
доктор педагогічних наук, професор,
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»,
Тетяна Федорченко,
доктор педагогічних наук, професор,
Інститут проблем виховання НАПН України,
Едуард Єрмоєнко,
кандидат педагогічних наук,
ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації
Університету ДФС України
Зоя Діхтяренко,
кандидат педагогічних наук,
ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації
Університету ДФС України

Проект
**КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ РЕФОРМУВАННЯ В УКРАЇНІ ГОТОВНОСТІ ДО
ЗАХИСТУ ВІТЧИЗНИ УЧНІВСЬКОЇ І СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ТА ПІДЛІТКІВ
УРАЗЛИВИХ КАТЕГОРІЙ НА ЗАСАДАХ ХОРТИНГУ (ПРОЕКТ)**
(скорочений варіант)

Актуальність запропонованого проекту концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу передбачає реалізацію шляхів формування сучасної особистості через три перспективних напрями (1) формування готовності до захисту Вітчизни в учнівської і студентської молоді через секрети викладання хортингу, що передбачають розвиток креативності, логічного мислення, створення власних життєвих переконань і т.д., звертаючи увагу на: виховання моральних якостей громадянина-патріота, вивчення та наслідування мужніх учинків патріотів України в ході проведення АТО, ООС, мудрість українського народу, висновки МОЗ України, активну життєву позицію, приклади країн світу, філософську основу хортингу, кодекс честі хортингіста, етичні правила хортингіста, кодекс честі українця і т.д.; 2) формування просоціальної поведінки підлітків уразливих категорій через найпоширеніші типи нетрадиційних уроків: уроки-ділової гри, уроки-змагання, уроки типу КВК, уроки-консультації, комп'ютерні уроки, театралізовані уроки, уроки з груповими формами роботи, уроки, які ведуть учні, уроки-конкурси, уроки-тренінги або тренінги; 3) основна мета хортингу – охоплення оздоровчим рухом усі верстви населення України від маленьких дітей до людей літнього віку, популяризація та підвищення ролі фізичної культури та спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відвернення їх від шкідливих звичок, виховання особистості в дусі добропорядності, патріотизму та любові до своєї Батьківщини), які перекликаються між собою та доповнюють один одного.

Ключові слова: концептуальні підходи, актуальність, мета, завдання, критерії, реформи, готовність до захисту Вітчизни, учнівська і студентська молодь, підлітки уразливих категорій, очікувані результати, суб'єкти – об'єкти виховання, основні підходи освіти, проект, хортинг, національна філософія виховання, діти та молодь, Україна, здорова нація, основні види хортингу,

1. Обґрунтування актуальності концептуальних підходів

Ставши незалежними українцями у власній державі спрямовуємо свій інтелектуальний потенціал на відродження національної самосвідомості, що сприятиме формуванню готовності до захисту Вітчизни в учнівської та студентської молоді. Адже, в сучасних умовах модернізаційних змін у всіх ланках освіти пріоритет займає, в тому

числі, всебічно розвинута, вихована особистість із міцним здоров'ям, здатна адаптуватися до умов життя та бути гідним громадянином України. У свою чергу, в Указі Президента України № 47/2017 „Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 29 грудня 2016 року „Про Доктрину інформаційної безпеки України“ в розділах: „Національні інтереси України в інформаційній сфері“ та „Пріоритети державної політики в інформаційній сфері“ наголошується про реалізацію державними органами формування позитивного іміджу України у світі, донесення оперативної, достовірної і об'єктивної інформації про події в Україні до міжнародної спільноти. А в іншому Указі Президента України „Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016–2020 роки“ зазначено, що цільовими групами Стратегії є молоді громадяни, які визначають свої життєві перспективи та потребують насамперед світоглядної опори, що не суперечить їхньому практичному досвіду, але розкриває нові можливості, а також діти з огляду на актуальність для них прикладів для наслідування, способів поведінки, що дають їм визнання в колективі однолітків і серед дорослих. Мета Стратегії передбачає: розвиток діяльній відданості в розбудові України, формування в дітей і молоді активної громадянської, державницької позиції та почуття власної гідності тощо.

Таким чином, з метою цілеспрямованої роботи щодо опису концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу було звернено увагу на педагогічну проблему нинішньої освіти, яка полягає в тому, що сучасні діти не завжди можуть протистояти проти негативних впливів і несприятливих ситуацій, не закріплюють навичок правильної самооцінки, управління своєю поведінкою або відчужуються від навчального колективу, втрачають інтерес до навчання. Контакти учнів збіднені, соціальний досвід неповнолітніх поповнюється, як правило, за рахунок підлітків з активною кримінальною диспозицією.

Згадані обставини призводять до послаблення позитивних соціальних зв'язків, а відтак, посилюються контакти з джерелами негативних явищ, загалом: загострення кризи соціально-економічних та екологічних умов; нестабільність політичної системи; зниження захисної, виховної та розвивальної ролі сім'ї, освіти, охорони здоров'я, системи соціального захисту; недосконалість соціального контролю та виховання.

Сучасні діти більше підготовлені до сприйняття дійсності в негативних кольорах. Так, майже 35 % старшокласників вказують, що значимими факторами (у порядку ранжування) поширення негативних явищ є: суперечності між поняттями моралі та принципами досягнення життєвого благополуччя; формування кримінальних цінностей, культу сили, зневажливого ставлення до навколишніх; байдужість до себе та інших, загальна апатія; розшарування суспільства на бідних і заможних; низький вплив ідей здорового способу життя, доступність наркотиків, зростаюче поширення негативних явищ; відсутність вибору змістовного дозвілля, яке давало б можливість ефективного розвитку позитивних процесів соціалізації; перевага таких почуттів, як ненависть, заздрість, гнів, злість, недружелюбність; проблеми молоді у проведенні змістовного дозвілля та відпочинку; відсутність доступності та нормальних умов для соціальної реабілітації; низький вплив школи, знань на подальший соціальний успіх; соціально-правова незахищеність; зростання конфліктів у сфері сім'ї, негативний вплив вулиці; знецінення позитивних прагнень серед молоді до здобуття соціального визнання, позитивного сприйняття життя.

У суспільному житті, зокрема в свідомості та поведінці молоді набувають поширення аморальність, безвідповідальність, жорсткість і жорстокість у ставленні до людей, агресивність, нехтування законами України та інші антисоціальні явища. Байдужість і неповага до рідної мови та історії, відсутність знань про здобутки культури свого народу, цинічне ставлення до національних і загальнолюдських цінностей та святинь, участь в антидержавних акціях тощо – такі ознаки духовності та вчинки значної частини молоді викликають тривогу, стимулюють до пошуку шляхів і засобів виправлення становища, докорінного вдосконалення національно-патріотичного виховання дітей і молоді.

Відродження національної культури та духовності, високих патріотичних ідеалів захисників Вітчизни, взірців здорового способу життя для молоді – саме цього не вистачає сьогодні нашому суспільству.

Одним із ефективних шляхів формування сучасної особистості це є спільна реалізація *трьох перспективних напрямів* (1) формування готовності до захисту Вітчизни в учнівської і студентської молоді через секрети викладання хортингу, що передбачають розвиток креативності, логічного мислення, створення власних життєвих переконань і т.д., звертаючи увагу на: виховання моральних якостей громадянина-патріота, вивчення та наслідування мужніх учинків патріотів України в ході проведення АТО, ООС, мудрість українського народу, висновки МОЗ України, активну життєву позицію, приклади країн світу, філософську основу хортингу, кодекс честі хортингіста, етичні правила хортингіста, кодекс честі українця і т.д.; 2) формування просоціальної поведінки підлітків уразливих категорій через найпоширеніші типи нетрадиційних уроків: уроки-ділової гри, уроки-змагання, уроки типу КВК, уроки-консультації, комп'ютерні уроки, театралізовані уроки, уроки з груповими формами роботи, уроки, які ведуть учні, уроки-конкурси, уроки-тренінги або тренінги; 3) основна мета хортингу – охоплення оздоровчим рухом усі верстви населення України від маленьких дітей до людей літнього віку, популяризація та підвищення ролі фізичної культури та спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відвернення їх від шкідливих звичок, виховання особистості в душі добропорядності, патріотизму та любові до своєї Батьківщини), які перекликаються між собою та доповнюють один одного.

На пошуки таких шляхів орієнтує Закон України „Про загальну середню освіту“, яким визначені, зокрема, такі завдання загальної середньої освіти, що акцентують увагу на вихованні громадянина України; вихованні свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формуванні гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереженні і зміцненні фізичного та психічного здоров'я учнів (вихованців); вихованні в учнів (вихованців) поваги до Конституції України, державних символів України, прав і свобод людини і громадянина, почуття власної гідності, відповідальності перед законом за свої дії, свідомого ставлення до обов'язків людини і громадянина.

Ці важливі завдання можуть бути успішно реалізовані в процесі використання давніх українських культурних і оздоровчих традицій, однією з яких є „хортинг“. Так, офіційне визнання хортингу видом спорту відбулося за Наказом № 3000 Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту до Дня Незалежності України від 21.08.2009 р. (засновано хортинг в Україні у 2008 році). Відповідно до статті 20 Закону України „Про фізичну культуру і спорт“, підпункту 30 пункту 4 та пункту 8 Положення про Міністерство молоді та спорту України, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 02 липня 2014 № 220, пункту 4 Положення про надання на конкурсних засадах спортивній федерації статусу національної та позбавлення такого статусу, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 18 січня 2012 № 22 (зі змінами), пункту 8 розділу V Положення про комісію для надання спортивній федерації статусу національної та позбавлення такого статусу, затвердженого наказом Мінмолодьспорту від 21 січня 2014 № 102, зареєстрованим у Міністерстві юстиції України 04 лютого 2014 за № 210/24987 та рішенням комісії для надання спортивній федерації статусу національної та позбавлення такого статусу від 08 жовтня 2015 (протокол № 5) Всеукраїнській громадській організації „Українська Федерація Хортингу“ надано статус національної спортивної федерації з виду спорту „хортинг“. Відповідний наказ Мінмолодьспорту від 12 жовтня 2015 року № 3724 розміщено на веб-сайті Мінмолодьспорту в розділі „Нормативна база фізичної культури і спорту Мінмолодьспорту“.

Як відомо, ідея виникнення хортингу, як комплексної системи самовдосконалення особистості, заснованої на фізичному, морально-етичному та духовному вихованні,

пов'язана з відродженням давніх народних традицій, що передавалися з покоління в покоління. Система підготовки виховання характеру, вдосконалення майстерності та успадкування змагального хисту українських козаків лягли в основу хортингу як виду спорту, відродженого в сьгоднішній Україні. Базуючись на багатовікових традиціях українського народу, хортинг в Україні став не лише національним видом спорту, відродивши кращі традиції українських бойових мистецтв, а й важливою складовою загальнодержавної системи фізичної культури та спорту, національно-патріотичного й духовного виховання молоді, зміцнення здоров'я, розвитку фізичних, морально-вольових, інтелектуальних здібностей учнівської молоді. Становлення вітчизняного хортингу відбувалося з 2008 по 2015 рік у відриві від світового культу єдиноборств. Опорою для сучасного хортингу стала українська традиція кулачних боїв, які були надзвичайно популярні в Київській Русі, а далі з появою козацтва – традиція Війська Запорозького та славетної Запорозької Січі.

У міжнародному спортивному співтоваристві хортинг розвиває Всесвітня федерація хортингу (World Horting Federation), яка заснована в Україні в м. Києві Е. Єрьоменком (2009 рік). Вона є міжнародною громадською організацією фізкультурно-спортивного спрямування, яка розвиває та культивує хортинг у світовій класифікації змішаних спортивних єдиноборств. Основною метою федерації є здійснення комплексної програми популяризації хортингу як самостійного виду спорту на міжнародній арені. Станом на 1 січня 2012 року членами міжнародної громадської організації „Міжнародна Федерація Хортингу“ є 26 країн світу: Україна, Російська Федерація, Грецька республіка, Сполучені Штати Америки, Грузія, республіка Куба, республіка Туркменістан, Литовська республіка, Китайська народна республіка, Федеративна Республіка Німеччина, Сполучене королівство Великобританія, Франція, Словацька республіка, Угорщина, Бангладеш, Ісламська республіка Іран, республіка Білорусь, Італійська республіка, республіка Польща, Естонська республіка, Палестина, Азербайджанська республіка, Народна демократична республіка Алжир, республіка Туніс, Узбекистан, республіка Молдова.

Розробка правил змагань із хортингу, а також його кваліфікаційна система спрямовані виключно на природний винахід техніки самозахисту та спортивних прийомів єдиноборства, ініціатором якого виступив кандидат педагогічних наук, президент Всесвітньої федерації хортингу, майстер спорту України міжнародного класу, Заслужений тренер України – Е. Єрьоменко.

Визначальною ознакою розквіту національно-патріотичного виховання в сучасних українських школах є розвиток молодіжних і громадських організацій, що опікуються проблемами збереження національних традицій та залучення юних патріотів до ведення здорового способу життя. Найактивнішими є „Січ“ (Східна Україна), „Пласт“ (Західна Україна), ГО Національна дитячо-юнацька військово-спортивна гра „Хортинг-Патріот“ (центр України), які сприяють подальшій розбудові як національної освіти, так і демократичних, і гуманістичних засад суспільства в цілому. Активна участь молоді в просвітницькому процесі означає новий етап реформування всієї системи національної освіти. Хортинг – національний вид спорту України органічно вписується в цю систему.

Отже, зміна соціально-економічних умов, розбудова громадянського суспільства вимагає побудови нової моделі, самої філософії виховання, яка б враховувала всі етапи та складові процесу соціалізації особистості й розглядала дитину як суб'єкта превентивного процесу.

Створення цілісної системи національної філософії виховання дітей та молоді на засадах хортингу диктується:

- потребою суспільства в реалізації, збереженні та розвитку соціально активної здорової особистості, її прагнень до соціально орієнтованого способу життя;

- соціальною необхідністю створення для дітей та молоді умов реалізації особистих прагнень, здійснення їх прав і свобод, у тому числі й для захисту від втягування у деструктивні явища;
- гуманним явищем і необхідністю допомоги дітям та молоді, які опинилися в кризовій життєвій ситуації.

2. Феномен хортингу та мета концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах національного виду спорту

Термін „хортинг“ розглядається як система всебічного вдосконалення особистості, як філософія та спосіб життя. Слово „хортинг“ походить від назви відомого в світі славетного острова Хортиця, де була розташована Запорозька Січ, яка відіграла прогресивну роль у історії українського народу. Саме острів Хортиця став тим оплотом воїнів, де вдосконалювалось бойове мистецтво українського народу з метою захисту рідного краю.

Хортинг – це комплексна система самовдосконалення особистості, заснована на фізичному, морально-етичному та духовному вихованні, пов’язана з відродженням давніх народних традицій, що передавалися з покоління в покоління (від античності, дохристиянського періоду, скіфів і сарматів до наших днів).

Сучасний український хортинг – це не копія чогось іншого, а еталон самобутньої спортивної та бойової техніки. Водночас хортинг став тим середовищем, в якому продовжила своє життя козацька військова традиція, пов’язана з верховою їздою, вмінням вести двобій холодною та вогнепальною зброєю. Хортинг ділиться на два різновиди – аматорський та професійний. Найпотужніші українські військові та козацькі традиції стали фундаментом для створення вітчизняної школи аматорського (любительського) хортингу, однією з кращих у світі. Професійний же хортинг виріс із традицій видовищних боїв, в яких у стародавній Київській Русі приймали участь самі князі.

Хортинг в Україні є важливим складником загальнодержавної системи фізичної культури і спорту, який спрямований на зміцнення здоров’я, розвитку фізичних, морально-вольових й інтелектуальних здібностей людини шляхом її залучення до участі в спортивних змаганнях із національного виду спорту України. Це чудовий інструмент вирішення проблем виховання молодого покоління, оскільки спорт відволікає хлопців і дівчат від вулиці, відкриваючи їм можливість повноцінно проявити свої таланти та реалізувати свої можливості, відчути себе великими спортсменами, здатними захищати честь своєї Батьківщини. Хортинг також є важливим засобом підвищення соціальної та трудової активності людей, задоволення їхніх моральних, етичних і творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами та зміцнення миру.

В Україні та за її межами змагання з хортингу проводяться для вікових категорій: 6–7, 8–9, 10–11, 12–13, 14–15, 16–17, 18–35 і старше 40 років. Однак, хортинг – це не тільки спорт вищих досягнень, але й масовий спорт. В Україні сьогодні ним займаються до 50 тис. осіб, а загалом, у світі задіяні в хортингу приблизно до 100 тис. осіб.

Нині основна мета хортингу – популяризація та підвищення ролі фізичної культури і спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відволікання від шкідливих звичок, виховання особистості в дусі добропорядності, та патріотизму. Хортинг має стати школою, в якій кожен хортингіст побудує свій духовно збагачений життєвий простір – простір соціальних, культурних життєвих виборів і успішної самореалізації особистості.

Поняття „хортовий“ та „хортове виховання“ ще не зустрічається в жодному з тлумачних психолого-педагогічних словників. Словом „хортовий“ називають спортсмена, який займається національним видом спорту України – хортинг і перебуває в постійному русі. Хортингіст повний життєвої сили, енергії, бадьоро та швидко переміщується з одного місця в інше.

Поняття „хортове виховання“ передбачає поєднання таких основних складових як світогляд, свідомість, виховання, навчання, діяльність та поведінка.

Висока духовність рідного народу, його світогляд та ідеологія, які формувалися, починаючи з епохи трипільської культури (IV–II тис. до н.е.), Київської Русі (VIII–XIII ст. н.е.) лягли в основу козацької педагогіки – формування в молодих людей емоційної врівноваженості, витримки, мужності, відваги, навчання грамотності, військової фізичної та вольової підготовки тощо. У наші дні слово „хортиця“ асоціюється з лицарством і самопожертвою, відвагою та виконанням могутніх і вольових чоловіків. Саме тому спортивне єдиноборство хортинг символічно назване на честь місця проведення всіх прадавніх козацьких двобоїв, відкритого майдану, живого кола з козаків – „хорту“, в який вони збиралися для виявлення найсильніших, і на честь найбільшого острова на Дніпрі „Хортиця“ – сакрального центру та місця народження козацької доблесті Запорозької Січі. Таким чином, козацька педагогіка передбачала створення між козаками атмосфери взаємної допомоги та злагоди, поваги один до одного, почуття патріотизму та любові до своєї родини, Батьківщини та водночас взаємної дисциплінованості й вимогливості.

Кодекс лицарської честі та духовності козацької педагогіки визначав основні *якості особистості*:

- любов до батьків, вірність у коханні, дружбі, побратимстві, ставленні до Батьківщини;
- готовність захищати слабших, турбуватися про молодших, зокрема дітей;
- шанобливе ставлення до дівчини, жінки, бабусі;
- непохитна вірність принципам народної моралі, духовності;
- відстоювання свободи та незалежності особистості, народу, держави;
- прагнення робити пожертвування на будівництво храмів, навчально-виховних закладів, пам'яток історії та культури;
- здатність цілеспрямовано, систематично розвивати фізичні й духовні сили, волю та інші людські можливості;
- уміння скрізь і повсюди поводитися благородно, виявляти лицарські чесноти;
- турбота про розвиток національних традицій, звичаїв, обрядів, бережливе ставлення до рідної природи, землі, примноження її багатств.

Якості лицарської честі гармонійно доповнювалися *кодексом лицарських звичаїв*, а саме:

- готовністю боротися до загину за волю, честь і славу України;
- нехтуванням небезпекою, коли небезпека загрожувала життю рідних, друзів, побратимів;
- ненавистю до ворогів, прагненням визволити рідний край від чужих завойовників;
- здатністю відстоювати рідну мову, культуру, право бути господарем на власній землі;
- героїзмом, першістю у праці і в бою в ім'я свободи і незалежності України;
- готовністю допомагати людині в біді, щиро ділити з нею горе, страждання, журбу та тугу.

Козацька педагогіка ввібрала в себе ідейне багатство, моральність гуманістичних і демократичних традицій, звичаїв національного самоврядування, виборності органів влади, досвіду будівництва української державності, формування державної самосвідомості. Саме козацька педагогіка рельєфно та повно окреслила ідеал вільної й незалежної людини, яка на культурно-історичних, духовно-національних традиціях громадського, політичного життя буде незалежною державою. На ці пріоритети також орієнтує хортинг. Його концептуальна основа – це сприяння розумінню дітьми та молоддю через просвітницьку роботу й практичні заняття переваг здорового способу життя, становлення людини-

патріота, стимулювання до самостійного й усвідомленого вибору життєвої дії, визначення шляхів позитивної соціалізації молоді, здобуття знань, умінь і навичок здорового способу життя, відповідальної поведінки, відмова від негативних її проявів. При цьому слід враховувати той факт, що в зв'язку зі змінами суспільного розвитку та їх впливом на особистість, збільшуватиметься питома вага національно-патріотичного виховання в структурі загальної виховної діяльності суспільства, а значить, і впливом хортингу.

Таким чином, концептуальні підходи реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу сприятиме формуванню нової філософії виховання, розвитку державної політики в сфері протидії негативним явищам, створенню нормативної бази на підтримку та захист дітей та молоді.

Мета концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах національного виду спорту може розглядатися поліаспектно:

- *військово-патріотичний аспект;*
- *педагогічний аспект;*
- *соціальний аспект;*
- *психологічний аспект;*
- *правовий аспект;*
- *філософський аспект.*

Суспільно-виховні складові хортингу реалізуються через її Декларацію:

1. „Патріотизм“ (девіз: „Хортинг на варті миру і в ім'я миру!“).
2. „Хортинг для здоров'я людей!“ (девіз: „Здоровий спосіб життя – запорука морально-етичного здоров'я суспільства та особистості“).
3. „Професіоналізм“ (девіз: „Професіоналізм і порядність!“ – життєва настанова працюючого колективу організації хортингу).
4. „З вірою в серці“ (девіз: „Нехай наші діти – наша надія та наше натхнення, навчаться в нас любити й вірити в Бога, передадуть наступним поколінням цей єдиний шлях миру та благодійності“).
5. „Сім'я – центр життя людини“ (девіз: „Моральність і чистота стосунків – єдиний шлях для заснування міцної сім'ї, шанобливість до матері та батька, людей, які подарували світ“, – невичерпне джерело моральності та істинного виховання).
6. „Хортинг – шлях до самовдосконалення“ (девіз: „Сила та Честь!“).
7. „Хортинг без кордонів!“ (девіз: „Будемо гідні високого покликання українців!“).

Девізи хортингу не прості слова. В них чітко визначена філософська сутність і практичне призначення бойового мистецтва: „Знання хортингу – на добрі справи!“

Реалізація мети Концепції національної філософії виховання дітей та молоді в Україні на засадах хортингу може реалізуватися через:

- 1) основні види хортингу:
 - *військово-спортивний хортинг* – професійно-прикладний вид спорту для військових (воєнізовані естафети, смуги перешкод тощо);
 - *військовий хортинг* – бойова армійська система;
 - *поліцейський хортинг* – поліцейська бойова система та професійно-прикладний вид спорту поліції;
 - *бойовий хортинг* – двобої серед чоловіків із мінімальними обмеженнями;
 - *ММА хортинг* – змішане бойове мистецтво (єдиноборство);
 - *козацький хортинг* – козацько-прикладна спеціальна система;
- 2) цілісну систему хортингу на вищих рівнях свого функціонування та розвитку:
 - *масовий традиційний хортинг* (фізична культура і спорт для всіх, оздоровлення);
 - *хортинг як професійний спорт* (олімпійський хортинг);
 - *хортинг як професійно-комерційний спорт* (видовищний хортинг);

- *хортинг як професійно-прикладний спорт* (бойовий хортинг у силових відомствах, поліцейський хортинг);

- *хортинг як засіб фізичної реабілітації* (рекреаційний хортинг, інвалідний спорт);

3) представлення хортингу в навчальних закладах різних видів і типів:

- *хортинг у дошкільних навчальних закладах;*

- *хортинг у загальноосвітніх навчальних закладах;*

- *хортинг у позашкільних навчальних закладах;*

- *хортинг у вищих навчальних закладах.*

Філософія виховання – система ідей та поглядів на світ, і на місце в ньому людини, ціннісне етичне й естетичне становлення людини до світу. Філософія життя походить із поняття „спосіб життя“. Філософська основа хортингу – положення про єдність сили, здорового спортивного духу та честі людини, що вибудовується на славних українських традиціях. Відповідно, гасло хортингу – „Сила і честь!“ Отже, до викликів часу значення хортингу актуалізується в контексті виховання розумових, вольових і моральних якостей особистості. Визначення філософських аспектів українського національного виду спорту хортинг ґрунтується на усвідомленні та його принципах через самовдосконалення й виховання, творчий пошук і відкриття своїх особистих талантів, тренування свого духу та тіла не лише для своєї користі, а головне, щоб стати корисним українському суспільству та державі, навколишнім людям, задля того, щоб робити навколишній світ гармонічнішим і досконалішим. Хортинг – це спосіб життя, особливий погляд на довколишню дійсність, на першому плані якого – виховання людини духовної, розвиток її багатого внутрішнього світу. Лише тільки через досягнення внутрішньої гармонії людина може максимально спрямувати свою життєву енергію на досягнення поставленої мети. Задля цього хортингіст, передусім, навчається керувати собою, своїми емоціями та бажаннями, намірами та вчинками, нести відповідальність за свої рішення та дії. При цьому, першочерговим є завдання отримати перемогу над самим собою. Фізична сила не є основною характеристикою хортингіста, як і стан здоров'я не владні над його духовним станом. Він передусім піклується про доцільність застосування фізичної сили, а вже потім про спосіб застосування цієї сили. Хортинг налаштовує молоду Людину чинити добро. Тож навіть не дуже талановитий та обдарований хлопець чи дівчина, у хортингу може прекрасно поставити себе в колективі і, врешті завдяки своїй порядності, налаштованості на результат і наполегливості отримати набагато більш спортивні результати, аніж той, який має обдарування. Вміння використовувати грубу силу сполучається з прагненням уникати такого її застосування. Не можна застосовувати силу заради скоєння зла іншій людині – такі головні аспекти моралі покладені в основу „Етичного кодексу хортингу“, який має етичні правила для хортингіста:

1. Уважно спостерігай за собою, обставинами власного життя та за іншими людьми.
2. Володій ініціативою в будь-якому починанні.
3. Осмислюй все повністю та дій рішуче.
4. Знай, коли слід зупинитися.
5. Дотримуйся середини між радістю та пригніченістю, виснаженням і лінню, безрозсудною бравадою та боягузством.
6. Пробачай іншим неістотні моральні помилки.
7. Прагни мати ближчі взаємини з однолітками.
8. Прагни контролювати своє ревниве ставлення до партнера.
9. Не ображайся через дрібниці.
10. Прагни не проявляти свій гнів.
11. Вибачайся за неправильні дії.
12. Стався до інших із повагою.
13. Ділися своїми вміннями з іншими.
14. Дякуй іншим за будь-яку допомогу.

Імідж для хортингу – багатогранне вчення мистецтву жити в гармонії з природою; стати на шлях добра та самовдосконалення; гарних думок; жити прекрасним майбутнім, а не минулим; вірити в добро; перемагати страхи, журбу, жалість до себе, образи та злість; не

засуджувати та не ображати; прощати образи, але не забувати; не зациклюватися на поганих думках; бути скромним, ввічливим, вдячним, вірити в себе, в хороше, працювати з повною самовіддачею, не боятися труднощів, долати їх і перемагати; допомагай іншим і тоді й тобі допоможуть; повага та вдячність; творити добро людям; щасливе життя, любов і здоров'я; жити, а не існувати; віра, терпіння та старанність – формула успіху; подяка – творить, невдячність – руйнує; розуміти сенс свого життя на землі – спосіб життя, справжнє, істинне щастя, це турбота про свою душу, орієнтація на розум, істину та доброзичливість, прагнення завжди залишатися людиною, зберегти свою внутрішню гідність; йти своїм шляхом – жити в гармонії з навколишнім світом і з самим собою; отримувати радість від самого процесу життя та власних досягнень; випадковостей в житті не буває; відповідай за свої вчинки; хортинг – це спорт самоконтролю і т.д.

Діти та молодь із негативними намірами, вчинками на секцію „Хортинг“ тренером не допускаються. Відчуття добропорядного оточення однодумців у колективі хортингу може позитивно вплинути на будь-якого учня, навіть найважчого, лише б він сам захотів відкрити душу для добра. Ось чому заняття з хортингу особливо корисні та потрібні для так званих проблемних учнів, які схильні до негативних проявів у поведінці, мають шкідливі звички тощо. Таким чином, одне з головних завдань тренування у хортингу – виховання моральних і вольових якостей особистості, які сприятимуть вибору вірного життєвого шляху.

Таким чином, філософія українського хортингу та його виховна система є оригінальною, повчальною та навчальною. „Сила і честь!“ – у цих двох коротких словах прийнятого девізу хортингу закладена велика та непереможна формула сучасного самовиховання й загартування характеру, філософія стародавнього вчення наших пращурів, перевіреного часом, яке має служити на користь людям.

3. Завдання концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу:

Дані завдання виходять з мети, принципів і підходів, на яких базується робота з хортингу.

4. Суб'єкти – об'єкти виховання на засадах хортингу:

- вихованці дошкільних, позашкільних, учні загальноосвітніх і професійних навчальних закладів, студенти вищих навчальних закладів I–IV рівнів акредитації;
- діти та молодь, які перебувають на обліку в правоохоронних і наркологічних установах;
- діти та молодь, соціалізація яких відбувається під впливом негативних явищ („групи ризику“);
- громадяни різних вікових груп;
- педагогічні та науково-педагогічні колективи навчальних закладів (дошкільних, загальноосвітніх, позашкільних, професійно-технічних, вищих);
- працівники служб у справах дітей, центрів соціальних служб для молоді, кримінальної поліції та інших правоохоронних служб органів, медичних закладів, військових підрозділів;
- працівники засобів масової інформації;
- трудові колективи, громадські, благодійні, релігійні організації.

5. Основні підходи освіти на засадах хортингу: *діяльнісний, особистісно орієнтований, духовно-змістовний, системний підхід, конкретно-історичний.*

6. Принципи побудови концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу: *національної спрямованості, соціальної відповідності, історичної і соціальної пам'яті, комплексності, системності, науковості, інтеграції, мобільності, наступності, конкретності, реалістичності, етичності, превентивності, доступності, культуровідповідності, відповідальності,*

гласності, відкритості, толерантного прийняття і сприйняття, опори на позитивне, опори на унікальність, безпечної творчості і т.д.

7. Ключові компетентності концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу: соціальна, мотиваційна, функціональна, правова, фахова і т.д.

8. Структурні компоненти готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу: базовий освітньо-виховний, позаурочний, позашкільний, освітньо-виховний, військово-патріотичний і т.д.

9. Організаційно-науково-методична структура впровадження концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу складається з наступних ланок:

- у міжнародному спортивному співтоваристві хортинг розвиває Всесвітня федерація хортингу (World Horting Federation), яка заснована в Україні у м. Києві. Станом на 1 січня 2012 року членами МГО „Міжнародна Федерація Хортингу“ (zareestrowana в Україні у 2009 році) є 26 країн світу;

- Національна Федерація Хортингу України, яка виконує теоретико-методологічну, дослідно-експериментальну, інноваційну, науково-експертну та стимулюючу функції, встановлює ділові наукові контакти з відповідними структурами держав європейського та світового співтовариства;

- відділ виховної роботи та захисту прав дитини Науково-методичного центру середньої освіти Міністерства освіти та науки України, який забезпечує та координує діяльність методичних служб галузі освіти на регіональному рівні в напрямі підвищення кваліфікації педагогічних працівників, їх професійної компетенції, координує дії державних і громадських організацій, причетних до проблем національно-патріотичного виховання, здорового способу життя, усунення асоціальних проявів у дитячому та молодіжному середовищі, організує, проводить під науковим керівництвом лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя науково-дослідну й експериментальну роботу з розробки, впровадження інноваційних виховних технологій на базі навчальних закладів (загальноосвітніх, позашкільних, професійно-технічних, вищих);

- лабораторія фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України;

- лабораторія кафедри міжнародного хортингу Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету державної фіскальної служби України;

- кафедра психолого-педагогічної, превентивної та інклюзивної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

- регіональні центри;

- засоби масової інформації, які активно співпрацюють із органами освіти та методичними службами, вищими навчальними закладами усіх типів і рівнів акредитації;

- експериментальні навчальні заклади різних типів і рівнів акредитації, що є базою для ведення науково-дослідної роботи, практичної реалізації наукових ідей і методичних розробок щодо реалізації Концепції, Національної Комісії України у справах ЮНЕСКО, яка розповсюджує ідеї Концепції у світовому співтоваристві;

- лабораторія превентивної освіти і соціальної політики ЮНЕСКО, яка виконує функції науково-методичного забезпечення дослідницької роботи, модернізації змісту превентивного виховання на засадах хортингу;

- регіональні центри на базі обласних інститутів післядипломної освіти, міські та районні методичні служби, які виконують інформаційно-аналітичну й практичну функції, розробляють, узагальнюють, впроваджують інноваційні технології, інтерактивні методи,

сучасні форми роботи з фізичного розвитку та здорового способу життя, превентивного виховання, адаптують вітчизняний, зарубіжний досвід до регіональних умов, здійснюють підготовку, перепідготовку працівників галузі шляхом проведення курсів, проблемних семінарів, спецкурсів, семінарів-тренінгів тощо;

- науково-дослідна лабораторія інноваційних технологій Міністерства освіти і науки України та інші науково-дослідні підрозділи вищих навчальних закладів, які виконують функції науково-методичного забезпечення дослідницької роботи, модернізації змісту превентивної освіти та виховання; беруть участь у підготовці спеціалістів різних галузей (педагогів, психологів, лікарів соціологів, юристів, працівників правоохоронних органів, громадських організацій) із проблем національно-патріотичного виховання, попередження асоціальних проявів у поведінці дітей і молоді, формування позитивних мотивацій на здоровий спосіб життя та інших питань, які є пріоритетними та забезпечують економічний, духовний розвиток суспільства й держави, її національну безпеку;

- засоби масової інформації, які активно співпрацюють у напрямі розкриття морального занепаду в молодіжному середовищі; дитячого, підліткового та молодіжного алкоголізму, тютюнокуріння, наркоманії, проституції та активної пропаганди здорового способу життя, досвіду навчальних закладів, окремих учителів і тренерів, органів учнівського та студентського самоврядування, батьків, які ефективно та результативно впливають на становлення особистості молодої людини, протидіють деструктивній поведінці у дитячому та молодіжному середовищі, а саме, і в першу чергу на сторінках збірників: „Теорія і методика хортингу“, „Позакласний час плюс“, спортивно-інформаційний журнал „Хортинг“ і т.д.

Фінансово-матеріальне забезпечення даного проекту здійснюється за рахунок бюджетних асигнувань, коштів міського бюджету, благодійних внесків, міжнародних фондів і організацій, проектів і програм.

10. Критерії ефективності реалізації концептуальних підходів реформування в Україні готовності до захисту Вітчизни учнівської і студентської молоді та підлітків уразливих категорій на засадах хортингу:

- позитивні тенденції в молодіжному середовищі та збільшення знань, умінь і навичок щодо здорового способу життя, патріотизму та запобігання негативної поведінки;
- вдосконалення комунікативних якостей та характеристик особистісного фізичного, інтелектуального, морально-духовного розвитку учасників;
- передача учасниками програми традицій позитивної відповідальної поведінки;
- введення хортингу до системи превентивної роботи та навчально-виховного процесу в школах, позашкільних закладах, службах соціальної роботи, дозвілєво-оздоровчої діяльності тощо;
- використання хортингу в практиці роботи органів учнівського та студентського самоврядування й молодіжних громадських об'єднань;
- визнання вітчизняними та зарубіжними фахівцями кількісних і якісних здобутків методу хортингу;
- налагодження контактів із міжнародними організаціями в процесі проведення спільних міжнародних заходів і проектів із проблем просвітницької діяльності щодо національно-патріотичного виховання та здорового способу життя на засадах хортингу.

11. Умови реалізації концептуальних підходів реформування:

- психолого-педагогічні забезпечення високого рівня підготовки методичних матеріалів, навчання тренерів-педагогів, шкільних студентських лідерів та волонтерів до реалізації програми на засадах хортингу;
- соціально-організаційні: забезпечення організації відбору й навчання юних хортингістів й педагогів-тренерів на місцевому, регіональному і національному рівнях;
- управлінсько-ресурсні залучення до виконання програми висококваліфікованих спеціалістів, ефективний розподіл матеріальних і фінансових ресурсів.

12. Очікувані результати:

- впровадження хортингу в усіх типах навчальних закладів, за місцем роботи, проживання на місцях масового відпочинку населення, у Збройних силах й інших військових формуваннях утворених відповідно до Законів України, у правоохоронних органах, рятувальних й інших службах;
- підтримка державою дитячого, дитячо-юнацького, резервного спорту, спорту вищих досягнень, спорту інвалідів і ветеранів засобами хортингу;
- поліпшення організаційного, нормативно-правового, кадрового, морально-технічного, фінансового, науково-методичного, медичного, інформаційного забезпечення хортингу.

13. Шляхи реалізації проблем:

- удосконалення нормативно-правової бази галузі фізичної культури і спорту;
- збільшення в навчальних закладах усіх типів і рівнів акредитації обсягів рухової активності на тиждень за рахунок уведення до навчальних планів занять (тренувань) із хортингу та виховання здорової дитини з широким залученням батьків до цього процесу;
- залучення учнів і студентів у позанавчальний час до занять (тренувань) хортингом у загальноосвітніх, професійно-технічних, вищих навчальних закладах;
- організація та проведення спортивних змагань серед учнів і студентів;
- створення умов для розвитку регулярної активності різних верств населення для зміцнення здоров'я з урахуванням інтересів, побажань здібностей та індивідуальних особливостей кожного;
- підтримання співробітництва та спільної діяльності з центрами фізичного здоров'я населення регіональними центрами фізичної культури і спорту інвалідів, центрами олімпійської підготовки у тому числі й державними;
- удосконалення процесу відбору обдарованих дітей, які мають високий рівень підготовленості та здатні під час навчально-тренувальних занять витримувати значні фізичні навантаження, для подальшого залучення їх до системи спортивного резерву;
- впровадження хортингу в заклади фізичної культури й спорту, дитячо-юнацькі школи, школи вищої спортивної майстерності, центри студентського спорту вищих навчальних закладів і залучення до навчально-тренувального процесу провідних тренерів;
- підтримання та розвитку олімпійського, параолімпійського та дефлімпійського руху;
- взаємодія з громадськими організаціями фізкультурно-спортивної спрямованості та іншими суб'єктами сфери фізичної культури і спорту;
- врегулювання системи матеріально-технічної бази хортингу та вживання різних заходів до залучення інвестицій на зазначену мету;
- систематичного оновлення спортивної, матеріально-технічної бази тренувальних закладів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл і загальноосвітніх навчальних закладів;
- будівництва спортивних споруд або реконструкції діючих;
- підтримання вітчизняного виробника товарів спортивного призначення;
- оптимізація мережі вищих навчальних закладів, що випускають спеціалістів із хортингу, відповідно до галузевих і регіональних потреб у кваліфікованих кадрах;
- впровадження в межах державного замовлення системи підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації фахівців із освітньої галузі „Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини“ зі спеціальності „Хортинг“;
- забезпечення з урахуванням міжнародного досвіду належної організації наукових досліджень у наукових галузях „Фізичне виховання і спорт“, „Теорія і методика виховання“ та впровадження результатів у практику тренувально-спортивної діяльності, підготовки наукових кадрів і науково-педагогічних працівників;
- популяризація здорового способу життя та подолання стану суспільної байдужості до здоров'я нації, у тому числі через широке впровадження соціальної реклами різних напрямів хортингу в засобах масової інформації;

- подальшого міжнародного співробітництва;
- підвищення рівня авторитету країни в світовому спортивному співтоваристві.

14. Стратегічні засади державної політики щодо виховання учнівської і студентської молоді України на засадах хортингу:

- 1) визнання фізичної культури і спорту як одного з важливих напрямів у формуванні гуманітарної політики держави;
- 2) визнання фізичної культури як важливого чинника всебічного розвитку особистості та формування здорового способу життя;
- 3) визнання Національного виду спорту України – хортинг як важливого чинника досягнення фізичної, моральної та духовної досконалості людини;
- 4) формування національно-патріотичних почуттів у громадян і позитивного міжнародного іміджу держави;
- 5) сприяння професійної орієнтації дітей та молоді щодо відвернення їх від шкідливих звичок, збереження й зміцнення всебічного здоров'я засобами хортингу;
- 6) забезпечення гуманітарної спрямованості та пріоритету загальнолюдських цінностей, справедливості, взаємної поваги та гендерної рівності і т.д.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Указ президента України № 47/2017 „Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 29 грудня 2016 року „Про Доктрину інформаційної безпеки України“ <http://www.president.gov.ua/documents/472017-21374>.
2. Указ Президента України про затвердження Стратегії національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016–2020 роки <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/580/2015/print1481637900949475>.
3. Бех І. Д. Концепція виховання особистості / І. Д. Бех // Рідна школа. – 1991. – № 5. – С. 40–47.
4. Діхтяренко З. М. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24 (на засадах хортингу) : метод. посіб. / З. М. Діхтяренко, І. С. Данилюк, Н. І. Скляр; за заг. ред. З. М. Діхтяренко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 324 с.
5. Діхтяренко З. М. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. М. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наукових праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.] – К.: Паливода А. В. 2014. – Вип. 1. – С. 53-59.
6. Електронний фонд бази даних Міністерства освіти і науки України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.mon.gov.ua/>. – Назва з екрана.
7. Єрьоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
8. Електронний фонд бази даних Української Національної Федерації Хортингу. Федерація твоєї Батьківщини [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.horting.org.ua>. – Назва з екрана.
9. Закон України „Про загальну середню освіту“ [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/651-14>. – Назва з екрана.
10. Івашковський В. В. Історичні витоки національного бойового мистецтва „хортинг“ / В. В. Івашковський // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.] – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 1. – С. 67–74.
11. Оржеховська В. Концепція національної філософії виховання дітей та молоді в Україні на засадах хортингу (проект) / В. Оржеховська, Т. Федорченко, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко, О. Мельник // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.] – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 17–34. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua.pdf>.

12. Оржеховська В. М. Формування просоціальної поведінки школярів в умовах превентивного виховного середовища : посібник / В. М. Оржеховська, Т. Є. Федорченко. – 2016. – 194 с.

13. Петрович Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрович, Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 544 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/707687/>.

14. Система патріотичного виховання дітей та учнівської молоді в умовах модернізаційних суспільних змін: навч.-метод. посібн. / авт. кол. : І. Д. Бех, К. О. Журба, В. А. Киричок та ін.. – К. : Пед. думка. – 2011. – 240 с.

УДК 373.58:356.35:796.85

Лариса Пустолякова,

кандидат педагогічних наук, доцент,

Національний медичний університет імені О. О. Богомольця

**МОДУЛЬ „ХОРТИНГ“ У ПРОГРАМІ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
„ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ“ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДІВ**

У статті „Впровадження модуля „Хортинг“ у програму навчальної дисципліни „Фізичне виховання“ для студентів вищих медичних навчальних закладів“ описана програма навчальної дисципліни „Фізичне виховання“ для студентів вищих медичних навчальних закладів. Модуль „Хортинг“ (скорочений варіант). Акцентовано, що основна мета хортингу – популяризація та підвищення ролі фізичної культури і спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відволікання від шкідливих звичок, виховання особистості в дусі добропорядності й патріотизму. У період із 01.09 до 01.10 кожного навчального року з метою адаптації студентів до навантажень на заняттях фізичного виховання складання навчальних нормативів не здійснюється, а заняття мають рекреаційно-оздоровчий характер із помірними навантаженнями. В умовній сітці розподілу навчальних годин за темами програмного матеріалу (три семестри) практичним заняттям із хортингу відведено: I семестр – 12 год., II семестр – 10 год., III семестр – 12 год.

Ключові слова: модуль „Хортинг“, програма навчальної дисципліни, фізичне виховання, студенти, вищі медичні навчальні заклади, заняття, адаптація, здоровий спосіб життя, навчальні нормативи.

Актуальність. Гостро стоїть проблема здійснення людиною якісного життєдіяльного буття на сучасному етапі життя. Вагоме значення в її розв’язанні має фізична культура як основа особистої самореалізації людини в житті. Констатуємо, основною метою державної політики України в галузі фізичної культури і спорту в сучасних умовах – зміцнення здоров’я нації як одного з чинників національної безпеки країни. Шляхами досягнення такої мети є: визнання пріоритету фізичного і духовного здоров’я людини і громадянина над власне спортивними досягненнями; гарантії рівних прав, реальність можливостей і доступності занять фізкультурною та спортом для усіх категорій і груп населення; взаємодія органів влади всіх рівнів та громадських фізкультурно-спортивних об’єднань, їхня взаємна відповідальність у межах законодавства; визнання самостійності фізкультурно-спортивних об’єднань за одночасної поваги останніми компетенції держави. Результатом зазначеного стане ефективне використання можливостей держави для оздоровлення нації, виховання молоді, формування здорового способу життя населення.

Національний вид спорту України хортинг відображає всю універсальність соціальних ролей і ресурсів щодо досягнення вищезазначеного (морально-вольове виховання підростаючого покоління, соціалізація особистості, зміцнення здоров’я різних категорій людей, відновлювально-реабілітаційний складник, формування патріотичних почуттів, вдосконалення спортивної майстерності, зростання престижу країни на міжнародній арені). Окрім цього, хортинг забезпечує цікавий і змістовний фізично

активний відпочинок і ефективний медично-реабілітаційний сервіс населення України. Хортинг в Україні став рекомендований Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України, щодо відкриття його відділень у вищих навчальних закладах України I–IV рівня акредитації „Щодо запровадження спеціалізації з національного виду спорту хортинг у вищих навчальних закладах“ № 1/11–10420 від 09.11.2011 року.

Таким чином, важко переоцінити значення хортингу на етапі особистого ставлення студентів вищих медичних навчальних закладів до майбутньої професії. Реалізація програми „Фізичне виховання“ для студентів вищих медичних навчальних закладів дозволяє сформувати сукупність загальних та професійно-спрямованих спеціальних знань теоретичного та методичного рівня й практичних умінь із організації фізкультурних занять з використанням традиційних та нетрадиційних видів фізичних вправ у системі вищої освіти. Адже, основна мета хортингу – популяризація та підвищення ролі фізичної культури і спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відволікання від шкідливих звичок, виховання особистості в дусі добропорядності й патріотизму.

Мета – презентувати програму навчальної дисципліни „Фізичне виховання“ для студентів вищих медичних навчальних закладів. Модуль „Хортинг“ (скорочений варіант).

Виклад основних результатів дослідження. Навчальна дисципліна „Фізичне виховання“ є самостійною сферою діяльності в соціокультурному просторі й викладається в вищих медичних навчальних закладах, як окремий предмет для вдосконалення фізичного виховання підростаючого покоління.

Зміст предмета „Фізичне виховання“ спрямований на формування в студентів ключових компетентностей: *соціальних, мотиваційних і функціональних*, які відображають ієрархію вимог до фізкультурної діяльності, що поступово поширюються. У процесі вивчення предмета „Фізичне виховання“ здійснюються *міжпредметні зв'язки* з анатомією і фізіологією людини, гігієною, біологією, теорією і методикою фізичного виховання, історією фізичної культури і спорту, фізикою, математикою, музикою тощо. Зміст предмета несе професійно-прикладну спрямованість.

Програма з предмета „Фізичне виховання“ розроблена відповідно до вимог Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти, а також усі сучасні розробки щодо фізичного виховання студентів кафедри фізичного виховання Національного медичного університету імені О. О. Богомольця та побудований за модульною системою. Вона складається з двох інваріантних, або обов'язкових, модулів (теоретично-методичні знання та загальна фізична підготовка) і варіативних модулів. Програма з предмета включає як навчальний пріоритетний матеріал так і контрольні навчальні нормативи і вимоги.

Метою фізичного виховання в вищих медичних навчальних закладів є зміцнення здоров'я, підвищення фізичної, технічної та професійної підготовленості, інтелектуальне, духовне та моральне становлення студентів.

Головними **завданнями** в роботі викладача фізичного виховання вищих медичних навчальних закладів є: сприяння правильному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я; загартування, підвищення працездатності студентів; виховання високих моральних якостей; формування поняття, що піклування про своє здоров'я є суспільним обов'язком кожного; розвиток основних духовних цінностей студентів; формування життєво важливих рухових умінь і звичок; одержання необхідного мінімуму знань у галузі гігієни й медицини, фізичної культури і спорту; виховання стійкого інтересу та потреби в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом; дотримання розпорядку дня; формування навичок виховання волі характеру; підготовка до професійної діяльності.

Ведучою **формою системи фізичного виховання** є заняття з фізичного виховання.

Головні **вимоги до проведення занять із фізичного виховання** такі: забезпечення диференційованого підходу до студентів із урахуванням стану їхнього здоров'я, рівня

фізичного розвитку, рухової підготовленості та статі; забезпечення оптимізації навчально-виховного процесу з застосуванням елементів інноваційних методів навчання та здійснення міжпредметних зв'язків; забезпечення освітньої, виховної, оздоровчої та інструктивної спрямованості; формування в студентів навичок самостійно займатись фізичними вправами.

Важливою умовою здійснення навчально-виховного процесу з фізичного виховання в вищих медичних навчальних закладів є дотримання дидактичних принципів навчання: *свідомості та активності, наочності, доступності та індивідуалізації, систематичності та послідовності; міцності та науковості*. Творче використання на заняттях фізичного виховання цих дидактичних принципів вимагає застосування адекватних методів навчання.

За результатами медичного огляду студенти тимчасово розподіляються на основну, підготовчу і спеціальну медичні групи. Заняття з фізичного виховання зі студентами вищих медичних навчальних закладів, віднесеними за станом здоров'я до спеціальної медичної групи, проводяться за окремими програмами.

Програма фізичного виховання в вищих медичних навчальних закладів повинна охоплювати всі аспекти здоров'я людини: *духовний, морально-етичний, психофізіологічний, емоційно-розумовий*.

Модуль „Хортинг“ (атлетизм, загальна і спеціальна фізична підготовка).

1-й рік навчання (див. табл. 1)

Теоретичні відомості.

Історія розвитку хортингу в Україні та за кордоном. Завдання Всесвітньої Федерації Хортингу, заснованої в Україні. Робота м'язового апарату під час занять фізичними вправами хортингу. Вікові особливості розвитку учнів старшого шкільного віку, врахування їх у процесі розвитку рухових якостей. Характеристика та аналіз техніки та тактики хортингу. Принцип повсякденності оздоровлення засобами хортингу. Основні засади оздоровчої програми хортингу. Самозавдання на день, місяць, рік і стратегія оздоровчого режиму на все життя. Засоби загартування. Фізична культура в сім'ї, правила безпеки під час самостійних занять фізичними вправами у домашніх умовах. Перша долікарська допомога при нещасних випадках. *Студент: аналізує історію розвитку хортингу в Україні та за кордоном, завдання Всесвітньої Федерації Хортингу, що заснована в Україні; характеризує роботу м'язового апарату під час занять фізичними вправами; вікові особливості розвитку учнів старшого шкільного віку та врахування їх у процесі розвитку рухових якостей; фізичну культуру в сім'ї, правила безпеки під час самостійних занять хортингом у домашніх умовах; має уяву про характеристику та аналіз тактичних занять хортингу, принципи повсякденності оздоровлення; розповідає про класифікації техніки та тактики хортингу; індивідуальних дій та прикладів тактичних засобів хортингу; наочних прикладів із техніки й тактики; самозавдання на день, місяць, рік і стратегію оздоровчого режиму на все життя; робить аналіз засобам загартування; називає засоби першої допомоги при нещасних випадках.*

Загальна та спеціальна фізична підготовка

Загальнорозвиваючі фізичні вправи: вправи на гнучкість у парах, із додатковою вагою, зі скакалкою, вправи для розвитку: гнучкості, сили м'язів ніг і рук, швидкості; вправи на гімнастичній стінці; *спеціальні фізичні вправи:* згинання і розгинання рук в упорі лежачи; піднімання тулубу в сід; шпагат поздовжній /frontsplit/на ліву, праву ногу/, 15 см від підлоги; шпагат поперечний /side split/, 25 см від підлоги; вистрибування вгору з присіду; прискорення, повторний біг; стрибки через скакалку; біг 1000 м; *акробатичні вправи:* стійка на руках; переворот у сторону; *вправи на спеціальну витривалість:* високе піднімання стегна з фронтальної стійки; внутрішній мах ногою зігнутою в коліні з фронтальної стійки; „вільна імітація на час“ (вільна імітація елементів техніки), 3 рази по 1 хв. з проміжком відпочинку 1 хв. *Студент: виконує загальнорозвиваючі фізичні вправи на гнучкість у парах, із додатковою вагою, зі скакалкою, вправи для розвитку: гнучкості, сили м'язів ніг і рук, швидкості; вправи на гімнастичній стінці; спеціальні фізичні вправи: згинання і розгинання*

рук в упорі лежачи; піднімання тулубу в сід; шпагат поздовжній /frontsplit / на ліву, праву ногу/, 15 см від підлоги; шпагат поперечний /side split/, 25 см від підлоги; вистрибування вгору з присіду; прискорення 10–30 м, повторний біг 4 × 30, 2 × 60 м; стрибки через скакалку; біг 1000 м (у студентів віднесених за станом здоров'я до медичної групи інтенсивність бігу, стрибки та дозування – індивідуальне (поради лікаря); акробатичні вправи: стійка на руках із опорою біля стіни, 20 сек.; переверот у сторону /в ліву та праву/; вправи на спеціальну витривалість: високе піднімання стегна з фронтальної стійки – 1 хв. по черзі правою та лівою ногою з частим повторенням; внутрішній мах ногою зігнутою в коліні з фронтальної стійки – 1 хв. по черзі правою та лівою ногою з частим повторенням; „вільна імітація на час“ (вільна імітація елементів техніки), 3 рази по 1 хв. з проміжком відпочинку 1 хв.

Техніко-тактична підготовка

Базові переміщення: зміна стійки на місці /варіанти зміни стійки/; зміна стійки набіганням; відхід ногою (лівою, правою); різні способи пересувань, зупинок; *оздоровчі дихальні вправи:* спеціальні дихальні вправи хортингу оздоровчого напрямку (на місці, у русі); вдих підняттям діафрагми-видих із зміною положення грудної клітини (поворотом, обертом, нахилом, прогином); *техніка рухів рук і ніг;* *техніка рук:* імітаційні вправи та викиди руки вперед на середній та верхній рівень; махи, оберти; оздоровчі вправи на пластику суглобів; викиди рук уперед, знизу, збоку (розслаблених, напружених) на місці та в русі; виконання серій оздоровчих елементів техніки рук хортингу та багаторазові повторення; *техніка ніг:* комбінації рухів; імітаційні вправи; махові вправи; повільні й швидкісні високі викиди гомілкоstopу (вперед, збоку, назад) та з використанням обертів і координаційних стрибків; виконання серій імітаційних вправ техніки ніг; *техніка тулубу:* оберти тулубу на місці і в русі; нахили; ухили (вліво, вправо); ривки з легким присідом; імітаційні вправи (прості та з виставленням ноги); дії тулубом під час виконанні амплітудних вправ; *спеціальні вправи хортингу:* вправи з узгодженням рухів рук, ніг із диханням; техніка простих стрибків із елементами хортингу; імітаційні вправи для закріплення техніки стрибків із елементами хортингу; вдосконалення та координація техніки рук і ніг; виконання комбінаційних серій техніки хортингу по повітрю; *вивчення та демонстрація форм /оздоровчих базових комплексів/:* перша, друга та третя захисні форми, перша, друга та третя атакуючі форми, під рахунок із викладачем і самостійно.

Таблиця 1

Модуль „Хортинг“ (атлетизм, загальна і спеціальна фізична підготовка). I–II семестр

Навчальні нормативи	Рівні компетентності				
	стать	низький	середній	достатній	високий
Підтягування: у висі хл., у висі лежачи д. (к-сть р.)	хл.	до 5	7	9	11
	д.	до 10	12	15	20
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи від підлоги (хл.), від гімнастичної лави (д.) (к-сть р.)	хл.	до 12	15	20	30
	д.	до 12	12	14	16
Піднімання тулубу в сід за 30 с, (к-сть р.)	хл.	до 17	18	27	38
	д.	до 16	17	24	35
Техніка ніг по повітрю, за 30 с, (к-сть р.)	хл.	29	30	35	38
	д.	20	25	28	32
Стрибок у довжину з місця, см	хл.	155	170	180	210
	д.	130	145	160	170
Виконання форми хортингу (формального комплексу): третя атакуюча та захисна, 1-12 балів	хл.	1-2-3	4-5-6	7-8-9	10-11-12
	д.	1-2-3	4-5-6	7-8-9	10-11-12

Студент: виконує базові переміщення: зміна стійки на місці /варіанти зміни стійки/; зміна стійки набіганням; відхід ногою (лівою, правою); різні способи пересувань, зупинок;

оздоровчі дихальні вправи: спеціальні дихальні вправи хортингу оздоровчого напрямку (на місці, в русі); вдих підняттям діафрагми-видих із зміною положення грудної клітини (поворотом, обертом, нахилом, прогином); *техніку рук*: імітаційні вправи рук; махи, оберти; оздоровчі вправи на пластику суглобів; виконання серій оздоровчих елементів техніки рук хортингу з багаторазовими повтореннями; *техніку ніг*: комбінації рухів; імітаційні вправи; махові вправи; повільні і швидкісні високі викиди голеностопу (вперед збоку, назад) та з використанням обертів і координаційних стрибків; виконання серій імітаційних вправ техніки ніг; *техніку тулубу*: оберти тулубу на місці і в русі; нахили; ухили (вліво, вправо); ривки з легким присідом; імітаційні вправи; дії тулубом при виконанні амплітудних вправ; *спеціальні вправи хортингу*: вправи для узгодження рухів руками, ногами з диханням; техніка простих стрибків із елементами хортингу; імітаційні вправи для закріплення техніки стрибків із елементами хортингу; вдосконалення техніки рук і ніг по елементах і під час координації; виконання комбінаційних серій техніки хортингу по повітрю; *демонструє форми /оздоровчих базових комплексів/*: перша, друга та третя захисні форми, перша, друга та третя атаквальні форми, під рахунок із викладачем і самостійно; *дотримується* правил техніки безпеки на тренувальному майданчику.

2-й рік навчання (див. табл. 2)

Теоретичні відомості

Філософія хортингу – національного виду спорту та філософські аспекти його виховної системи. Вікові особливості юнацького віку, їх урахування в процесі навчання. Система дихання, кровообігу та енергообміну в забезпеченні м'язової діяльності. Фізичний розвиток і підготовленість, як результат всебічного виховання засобами хортингу. Оздоровчі комплексні вправи та їх оздоровчий вплив на організм учня. Хортинг, як дієвий засіб підготовки до захисту Вітчизни. Вплив занять фізичною культурою на гармонійний розвиток майбутніх батьків. Організація змістовного дозвілля та самотренувань засобами хортингу. Правила техніки безпеки під час занять. *Студент: аналізує*: філософію хортингу – національного виду спорту та філософські аспекти його виховної системи; вікові особливості 16–17-річної молоді, їх урахування в процесі навчання техніці хортингу; систему дихання, кровообігу та енергообміну в забезпеченні м'язової діяльності; фізичний розвиток і підготовленість, як результат розвитку та виховання засобами хортингу; *має поняття про* гурток (секцію) хортингу в ВНЗ; характеризує оздоровчі комплекси хортингу; види форм, їх призначення та оздоровчий вплив на організм студента; вплив хортингу на здоровий спосіб життя юнаків і дівчат; хортинг, як дієвий засіб підготовки до захисту Вітчизни; вплив занять фізичною культурою на гармонійний розвиток майбутніх батьків; *розповідає про*: організацію змістовного дозвілля та самотренувань засобами хортингу; дотримується правил техніки безпеки під час занять хортингом.

Загальна та спеціальна фізична підготовка

Загальнорозвиваючі фізичні вправи: спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового поясу, сили верхніх та нижніх кінцівок, черевного пресу, спини, вправи на розтягування; *вправи на витривалість*: спеціальні бігові, стрибкові вправи; рівномірний біг 800 м (д.), 1000 м (хл.); *спеціальна фізична підготовка: вправи на спеціальну витривалість*: комплекси вправ хортингу на техніку виконання елементів; спеціальні бігові вправи; стрибкові вправи; високий викид ноги з обраної стійки – 6 хв. по черзі правою й лівою ногою з частим повторенням; мах прямою ногою ззовні всередину з обраної стійки – 5 хв. по черзі правою й лівою ногою з частим повторенням; „вільна імітація на час“ (вільна імітація елементів техніки). *Студент: виконує* спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового поясу, сили верхніх і нижніх кінцівок, черевного пресу, спини, вправи на розтягування; *вправи на витривалість*: спеціальні бігові вправи; стрибкові вправи; рівномірний біг 800 м (д.), 1000 м (хл.) (для студентів віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи, вправи на витривалість

вони виконують за порадами лікаря) вправи на спеціальну витривалість: вправи на розвиток гнучкості, пластичності суглобів; комплекси вправ хортингу на техніку виконання елементів; спеціальні бігові вправи; стрибкові вправи; високий викид ноги з обраної стійки – 6 хв. по черзі правою й лівою ногою з частим повторенням; мах прямою ногою ззовні всередину з обраної стійки – 5 хв. по черзі правою й лівою ногою з частим повторенням; „вільна імітація на час“ (вільна імітація елементів техніки), 4 рази по 3 хв. з проміжком відпочинку 1 хв.

Техніко-тактична підготовка

Пересування: поєднання способів пересування з технічними базовими рухами хортингу; *техніка рук, ніг і оздоровче дихання:* удари – прямий, бічний, знизу, круговий, відкритою долонею, ліктем; блок долонею, передпліччям, застосування підставок – основної захисної техніки від ударів у двобої хортингу; розвиток влучності ударів ногами (точності ударних рухів); захвати в системі хортингу: захвати рук і ніг суперника, захвати шиї та тулуба, техніка боротьби у стійці, техніка боротьби у партері, кидків різних типів і груп, імітаційні вправи; виконання серій оздоровчих елементів техніки хортингу; імітаційні махові вправи на пластику і розтяжку; повільні і швидкісні високі піднімання стегна і викиди гомілкоstopу із повільним оздоровчим і швидкісним видихом (прямо, збоку, вперед збоку, назад); комбінування елементів; виконання серій імітаційних вправ техніки ніг; *техніка тулубу:* вдосконалення оздоровчих обертів тулубу на місці і в русі, нахилів, уклонів (вліво, вправо), *спеціальні вправи хортингу:* вправи для вдосконалення техніки пересування вивченими способами; подальше вивчення техніки хортингу в координації; *вивчення і демонстрація форм:* Інструкторська захисна форма /ІЗ/ – „Instructors Defensive Form“ /IDF/, під рахунок із викладачем і самостійно.

Таблиця 2

Модуль „Хортинг“ (атлетизм, загальна і спеціальна фізична підготовка).

ІІІ семестр Навчальні нормативи	стать	Рівні компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Підтягування: у висі хл., у висі лежачи д. (к-сть р.)	хл.	до 6	8	10	12
	д.	до 12	14	17	22
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (к-сть р.)	хл.	до 14	17	25	35
	д.	до 12	14	17	20
Піднімання тулубу в сід за 30 с, (к-сть р.)	хл.	до 20	22	35	45
	д.	до 18	20	30	40
Техніка ніг по повітрю, за 30 с, (к-сть р.)	хл.	31	35	39	42
	д.	27	29	32	35
Виконання форми хортингу (формального комплексу): інструкторська захисна, 1–12 балів	хл.	1-2-3	4-5-6	7-8-9	10-11-12
	д.	1-2-3	4-5-6	7-8-9	10-11-12

Студент виконує: поєднуючи способи пересування з технічними базовими рухами хортингу; *техніка рук, ніг і оздоровче дихання:* удари – прямий, бічний, знизу, круговий, відкритою долонею, ліктем; блок долонею, передпліччям, застосування підставок – основної захисної техніки від ударів у двобої хортингу; розвиток влучності ударів ногами (точності ударних рухів); захвати в системі хортингу: захвати рук і ніг суперника, захвати шиї та тулуба, техніка боротьби у стійці, техніка боротьби у партері, кидків різних типів і груп, імітаційні вправи; виконання серій оздоровчих елементів техніки хортингу; імітаційні махові вправи на пластику і розтяжку; повільні і швидкісні високі піднімання стегна і викиди гомілкоstopу із повільним оздоровчим і швидкісним видихом (прямо, збоку, вперед збоку, назад); комбінування елементів; виконання серій імітаційних вправ техніки ніг; *техніка тулубу:* вдосконалення оздоровчих обертів тулубу на місці і в русі,

нахилів, уклонів (вліво, вправо), *групове виконання спеціальних вправ хортингу*: вправи для вдосконалення техніки пересування вивченими способами; подальше вивчення техніки хортингу в координації; *демонстрація*: Інструкторська захисна форма /ІЗ/ – „Instructors Defensive Form“ /IDF/, під рахунок із викладачем і самостійно.

Висновок: модуль „Хортинг“ (скорочений варіант) було успішно впроваджено викладачами кафедри фізичного виховання для студентів Національного медичного університету імені О. О. Богомольця.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех Іван. Психологічний супровід особистісного-орієнтованого виховання / Іван Бех // Початкова школа. – 2003. – № 3. – С. 1–6.
2. Герцик М. С. Вступ до спеціальностей галузі „Фізичне виховання та спорт“: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. I–IV рівнів акредитації / М. С. Герцик, О. М. Вецеба. – Львів : Українські технології, 2002. – 230 с.
3. Діхтяренко З. М. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. М. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наукових праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.] – К.: Паливода А. В. 2014. – Вип. 1. – С. 53-59.
4. Єрьоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України : метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
5. Ніколайчук І. Ю. Формування духовно-фізичних якостей студентів у системі фізичного виховання медичного університету : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 – теорія і методика виховання / І. Ю. Ніколайчук. – Луганськ, 2008. – 20 с.
6. Пустолякова Л. Впровадження модуля „Хортинг“ у програму навчальної дисципліни „Фізичне виховання“ для студентів вищих медичних навчальних закладів/ Л. Пустолякова // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 56–65.
7. Пустолякова Л. Складання індивідуальних програм для медичних коледжів із використанням елементів хортингу / Л. Пустолякова // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 6. – С. 90–95.

Борис Шаповалов,

*кандидат психологічних наук, доцент,
президент Міжнародної федерації поліцейського хортингу,
Інститут проблем виховання НАПН України,*

Анатолій Козленко,

*доктор юридичних наук, перший віце-президент
Поліцейського центру бойових мистецтв «Закон і порядок»*

СИСТЕМА САМОЗАХИСТУ ТА ВИЖИВАННЯ (ССВ) ЯК СКЛАДОВА ЧАСТИНА ПОЛІЦЕЙСЬКОГО ХОРТИНГУ В ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

Акцентовано увагу на бойове мистецтво «поліцейський хортинг», яке передбачає рівні – загальний (базовий) і спеціальний. Сформовано поняття «готовність» – це стан спроможності реалізувати особистісний (колективний) потенціал, який складається зі стану здоров'я, знань, вмінь та навичок, наявності та стану засобів забезпечення діяльності.

Ключові слова: бойове мистецтво, поліцейський хортинг, самозахист, готовність, екстремальна ситуація, система самозахисту та виживання (ССВ), поліцейська система самозахисту та контролю (ПССК).

Події, які відбуваються в світі, свідчать про підвищення актуальності формування готовності до дій в екстремальних ситуаціях. Вітчизняна система поліцейського

хортингу є системою, яка, окрім виду спорту включає в себе бойове мистецтво, систему формування готовності до захисту Вітчизни та оздоровчо-реабілітаційні технології [1, с. 67 – 69; 3].

Бойове мистецтво «поліцейський хортинг» має два рівні – загальний (базовий) і спеціальний. Загальний рівень представлений системою підготовки до дій в екстремальних ситуаціях, а спеціальний – системою самозахисту та виживання (ССВ) та Поліцейською системою самозахисту та контролю (ПССК), які у свою чергу поділяються на більш деталізовані системи відповідно до спеціалізації.

Система самозахисту та виживання (ССВ) розроблена з урахуванням вимог правових норм, досягнень природних, педагогічних, психологічних, медичних, правових, фізичних, філософських наук, науки з фізичної культури і спорту. При створенні ССВ нами було проведено аналіз світових тенденцій в галузі безпеки та нових загроз. Таким чином, нами було здійснено формування стандартів діяльності в екстремальних ситуаціях та напрацьовано пропозиції з вдосконалення правових норм та уточненню понятійного апарату.

Зокрема, пропонуємо поняття «готовність» розуміти як стан спроможності реалізувати особистісний (колективний) потенціал, який складається зі стану здоров'я, знань, вмінь та навичок, наявності та стану засобів забезпечення діяльності.

Таким чином, система самозахисту та виживання (ССВ) є сучасною українською національною системою бойових мистецтв, яка забезпечує адекватне реагування особи, яка не є працівником правоохоронних органів на екстремальну ситуацію, у першу чергу на фізичну протидію з боку правопорушників, а також на небезпеку, яка виникає внаслідок природних катаклізмів, техногенних катастроф та в екстремальних ситуаціях соціального характеру.

Система складається з низки заходів, що здійснює особа до, під час та після екстремальної ситуації. Такі заходи спрямовані на забезпечення фізичного, психічного та правового виживання. Основою ССВ є техніка самозахисту, на базі якої розробляється тактика поведінки в тих чи інших типових і екстремальних ситуаціях [2, с. 124].

Прикладом спеціалізованої системи є «ССВ-охорона-ГМР», розроблена спільно з Навчальним Центром ТОВ «ВЕНБЕСТ». Підготовлена за цією системою команда однойменного спортивного клубу стала переможцем Кубка України з поліцейського хортингу, а працівники цієї недержавної охоронної структури Д. Авдєєв, Д. Гайдук, О. Сисевич, Я. Мартиненко, М. Китиченко у 2017-2018 стали переможцями та призерами міжнародних та національних змагань. Впровадження даної системи в практичну діяльність, особливо зважаючи на директивну роль норм Кримінального Кодексу та Закону України «Про охоронну діяльність».

Висновки.

1. Створення поліцейського хортингу зумовлено необхідністю розробки на базі традиційного національного бойового мистецтва прикладного спортивного єдиноборства поліцейської спрямованості.

2. Поліцейський хортинг як вид спорту є системою декількох розділів спортивного єдиноборства, а саме: техніки самозахисту; поліцейського самозахисту; показових виступів без зброї; показових виступів зі зброєю; поліцейської боротьби.

3. Подальший розвиток поліцейського хортингу пов'язаний із проведенням навчально-методичних семінарів з даного виду спорту для різних категорій працівників правоохоронних органів та населення [2, с. 128].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Шаповалов Б. Б. Передумови створення поліцейського хортингу та динаміка розвитку цього виду спорту у 2015-2017 роках / Б. Шаповалов // Матеріали першої міжнародної науково-практичної конференції до дня заснування хортингу: «Хортинг – національний бренд України в світі: Олімпійська перспектива». – К.: Паливода А. В., 2018. – С. 67-69.

2. Шаповалов Б. Б. Поліцейський хортинг як вид спорту та система формування готовності до дій в екстремальних ситуаціях / Б. Б. Шаповалов // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2015. – Вип. 3. – С. 124-129.

3. Шаповалов Б. Б. Система самозахисту та виживання як засіб формування готовності старшокласників до поведінки в екстремальних ситуаціях / Б.Б. Шаповалов // Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія» : зб.наук.пр. / Ред.кол. Щербан Т. Д. (гол.ред.) та ін. – Мукачево : Вид-во МДУ, 2015 – С. 140-144.

МАЙСТЕРНІСТЬ ПЕДАГОГА В ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ ДОРΟΣЛИХ, СТУДЕНТСЬКОЇ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

Валерій Бойко,

кандидат педагогічних наук, професор,

ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації

Університету ДФС України,

Володимир Бородавко,

студент ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки

та реабілітації УДФСУ

МЕТОДИКА УЗАГАЛЬНЕННЯ ПЕРЕДОВОГО ПЕДАГОГІЧНОГО ДОСВІДУ.

ТЕСТИ

У роботі подана авторська розробка тестів із предмету «Основи наукових досліджень» на тему «Методика передового педагогічного досвіду». Тести розроблені з запитань і декількох відповідей, одна з яких є правильною. Це не весь арсенал тестів, що передбачені темою. Вони розраховані на студентів навчальних закладів різних рівнів акредитації, що повинні закріпити та/або перевірити знання з навчальної теми «Методика передового педагогічного досвіду».

Ключові слова: наукові дослідження, передовий педагогічний досвід, тести, виховання, навчальна діяльність, педагоги, органи самоврядування, загальноосвітня школа, педагогічна ситуація, українська народна педагогіка, андрагогіка, принципи навчання, виховання: авторитарне, всебічне, гармонійне, екологічне, економічне, естетичне, моральне, правове, фізичне, національне, статеве.

За Ю. К. Бабанським, педагогічний досвід – це система педагогічних знань, умінь і навичок, способів здійснення творчої педагогічної діяльності, емоційно-ціннісних ставлень, здобутих у процесі практичної навчально-виховної роботи. Педагогічний досвід може бути масовим і передовим. Передовий педагогічний досвід (ППД) формується на основі масового завдяки оволодінню об'єктивними педагогічними закономірностями. Передовий педагогічний досвід – це діяльність педагога, яка забезпечує стійку ефективність навчально-виховного процесу шляхом використання оригінальних форм, методів, прийомів, засобів навчання та виховання, нових систем навчання і виховання або вже відомих форм, методів, прийомів, засобів роботи на основі їх удосконалення [6].

В іншому джерелі поняття «передовий педагогічний досвід» трактується як ідеалізація реального педагогічного процесу: виокремлення провідної педагогічної ідеї або методичної системи в чистому вигляді, що зумовлює високу й стійку ефективність навчально-виховної діяльності, яка передбачає використання оригінальних форм, методів, прийомів, засобів навчання та виховання, нових систем навчання й виховання або вже відомих форм, методів, прийомів, засобів роботи на основі їх удосконалення.

Передовий педагогічний досвід розрізняють за обсягом і рівнем творчої самостійності його автора.

За обсягом виокремлюють такі види досвіду: система роботи установи (школи, відділу народної освіти, методичного кабінету тощо); система роботи працівника (вчителя, директора, інспектора-методиста тощо); розв'язання важливої педагогічної проблеми в закладі освіти (моральне виховання учнів); розв'язання важливої педагогічної проблеми в діяльності окремих педагогів (індивідуалізація навчання в процесі викладання біології); певні форми, методи й прийоми, які застосовуються в навчальному закладі; форми, методи й прийоми, якими послуговуються окремі педагоги.

За рівнем творчої самостійності передовий педагогічний досвід поділяють на раціоналізаторський і новаторський.

Критерії передового педагогічного досвіду: актуальність, тобто спрямування на розв'язання найважливіших проблем навчання, виховання й розвиток учнів; оригінальність – використання в практиці роботи даного педагога, педагогічного колективу форм, методів, прийомів, засобів або їх системи, які раніше не застосовувалися в умовах сучасної школи; висока ефективність – можливість досягнення педагогом вищих порівняно з масовою практикою результатів навчання, виховання й розвитку учнів; стабільність результатів протягом тривалого часу; оптимальність досягнення високих результатів за якнайменших фізичних, розумових і часових затрат; можливість творчого застосування в масовій практиці.

Зазначені критерії враховуються на стадії первинного ознайомлення з досвідом, а також у процесі його аналізу й узагальнення. Досвід вважається передовим, тільки якщо педагогічна діяльність відповідає всім його критеріям. Вивчення передового досвіду здійснюється за принципом: факти – узагальнення – ідеї – нові факти [8].

Мета дослідження – розробити та оприлюднити тести для студентів навчальних закладів різних рівнів акредитації, що повинні закріпити та/або перевірити знання з теми «Методика передового педагогічного досвіду».

ТЕСТИ

1. Розповсюдження передового педагогічного досвіду відбувається завдяки:

- А. Театрів, опери, балету.
- Б. Реклами, жовтої преси, анекдотів.
- В. Усної, друкованої, наочної пропаганди.

2. Визначте способи організації навчальної діяльності учнів:

- А. Класами, колективами, партіями.
- Б. Навчання динамічними парами, групами, індивідуальна робота.
- В. У групуваннями, організаціями, синдикатами.

3. Виберіть сучасні Всеукраїнські учнівські конкурси:

- А. Петра Яцика (укр. мова), Левеня (фізика), Кристал (хімія).
- Б. Бобер (інформатика), Кенгуру (математика), Золоте Руно (історія мирової і художньої культури), Колосок (Біологія).
- В. Баранчик Шон, Чебурашка, Гена, Вініпук.
- Г. 1, 2 варіанти.
- Д. Перші три варіанти вірні.

4. Виберіть прізвища педагогів Полтавщини:

- А. Пушкін, Некрасов, Толстой.
- Б. Сковорода, Веркалець, Ярмишко.
- В. Шевченко, Франко, Коцюбинський, Сосюра.
- Г. Зайка С. О., Кочергіна С. О., Крупіна Л. В., Тарасенко Н. В., Шахман І. В., Яненко С. М.

- Д. 1, 3 варіанти.
- Е. 2, 4 варіанти.
- Є. Всі вищепераховані педагоги.

5. Виберіть з списку повноваження, що мають органи самоврядування у загальноосвітній школі:

- А. Беруть участь у визначенні державної політики, в галузі освіти і науки.
- Б. Залучення ровесників до спорту та туризму, профілактика і подолання шкідливих звичок.
- В. Впливають на вибори президента.
- Г. Впливають на світову політику у сфері освіти і науки.

6. У списку, що надається виберіть прізвища відомих педагогів:

- А. Ушинський, Монтесорі.
- Б. Корчак, Амонашвілі.
- В. Мазепа, Ватутін, Жуков, Стельмахович.
- Г. 1, 2 варіанти.
- Д. Перші три варіанти вірні.

7. Педагогічна ситуація: Ви вчитель, на уроці під час пояснення нового матеріалу помітили, що учні передають один одному записки, одна записка впала, і учні побачили, що Ви це помітили. Які ваші дії будуть більш правильними?

- А. Припиню пояснення і надам дві хвилини, щоб учні змогли висловити у записках свої думки до товаришів.
- Б. Викличу батьків.
- В. Викличу завуча, директора, вчителів.
- Г. Свій варіант.

8. М. Стельмахович писав: «Це багатотомний усний підручник навчання і виховання, якій зберігається в пам'яті народу, постійно ним використовується, систематично ним збагачується і удосконалюється» про яке джерело:

- А. «Передовий педагогічний досвід і народна філософія».
- Б. «Українська народна педагогіка».
- В. «Архітектура Древньої Греції та сучасна архітектура».
- Г. 1, 2 варіанти.
- Д. Три варіанти вірні.

9. Андрагогіка – це

- А. Древня історія
- Б. Історія майбутнього.
- В. Робототехніка.
- Г. Галузь педагогіки, що займається проблемами освіти, навчання та виховання дорослих.

10. Принципи навчання:

- А. Науковість, наочність, свідомість, послідовність, доступність, активність.
- Б. Життєвий досвід, батьківські поради.
- В. Упав-віджався.
- Г. 1, 2 варіанти.
- Д. Три варіанти вірні.

11. Види виховання:

- А. Авторитарне, всебічне, гармонійне, екологічне, економічне, естетичне, моральне, правове, фізичне, націоналістичне, статеве.
- Б. Авторитарне, всебічне, гармонійне, екологічне, економічне, естетичне, моральне, правове, фізичне, національне, статеве.
- В. Авторитарне, всебічне, гармонійне, екологічне, економічне, естетичне, моральне, правове, фізичне, націоналістичне, статеве.
- Г. Авторське, всебічне, гармонійне, екологічне, економічне, естетичне, моральне, правове, фізичне, національне, статеве.

12. Виховання всебічне це:

- А. Освітньо-виховна концепція, що передбачає беззастережне підкорення волі вихователя.
- Б. Виховання, яке передбачає формування в особистості певних якостей відповідно до вимог розумового, морального, трудового, фізичного й естетичного виховання.
- Г. Виховання, яке передбачає, щоб якості складових виховання (розумового, морального, трудового, фізичного, естетичного) доповнювали одна одну, взаємно збагачувалися.
- Д. Три варіанти вірні.

Висновки:

1. Професійна підготовка вчителя не завершується в стінах вищого навчального закладу. Вона триває протягом усієї трудової діяльності педагога.

2. У практиці склалася певна система форм освіти вчителів. Це курси підвищення кваліфікації, педагогічні читання, засідання методичних об'єднань і кафедр, школи передового досвіду, семінари молодих учителів, творчі групи тощо. Проте, жодні курси й семінари не будуть ефективними без систематичних самостійних занять. Тому самоосвіту вважають основною формою підвищення кваліфікації вчителя: безперервна й цілеспрямована, вона пов'язує всі зазначені форми роботи, доповнює й розвиває їх, слугує основою зростання вчителя як спеціаліста.

3. Важливим джерелом поповнення знань педагога є масовий досвід учителів і передовий педагогічний досвід. Адже, школа багата на талановитих, творчих педагогів, діяльність яких відповідає сучасним вимогам. їхній досвід треба детально вивчати й поширювати серед освітян.

4. Розроблені та оприлюднені тести сприяють у студентів навчальних закладів різних рівнів акредитації закріпленню та/або перевірці знань з теми «Методика передового педагогічного досвіду».

5. Результатом вивчення навчальної дисципліни «Основи наукових досліджень» студенти навчаються написати тези, наукову статтю, що відповідає вимогам збірника наукових праць і за зразками [1-5; 7].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104–112.

2. Діхтяренко З. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип. 1 / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/8728/>.

3. Єрьоменко Е. Вплив здоров'я на нетрадиційні біомеханічні показники серця спортсменів за результатами даних ехокардіографії / Едуард Єрьоменко, Віктор Чибісов, Юрій Рейдерман, Дарина Загороднюк, Зоя Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 102–111.

4. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.

5. Оржеховська В. Концепція національної філософії виховання дітей та молоді в Україні на засадах хортингу (проект) / В. Оржеховська, Т. Федорченко, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко, О. Мельник // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 17–34.

6. Передовий педагогічний досвід і впровадження досягнень педагогічної науки [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://pidruchniki.com/16750212/pedagogika/peredoviy_pedagogichniy_dosvid_vprovadzhennya_dosyagnen_pedagogichnoyi_nauki.

7. Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014-2018. – Вип. 1-9.

8. 16.3. Вивчення передового педагогічного досвіду [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://npu.edu.ua!/e-book/book/html/D/ipgoe_ktmn_Moroz%20I.V.%20Zagalna%20metodyka%20navchannya%20biologii/970.html.

Валерій Бойко,
кандидат педагогічних наук, професор,
ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації
Університету ДФС України,
Сурен Саргсян, Любов Носачова,
студенти ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки
та реабілітації УДФСУ

ВИДИ НАУКОВО-ДОСЛІДНОЇ РОБОТИ. ТЕСТИ

У студентській науковій статті викладена авторська розробка тестів із предмету «Основи наукових досліджень». Тести були скомпоновані у вигляді запитання та декількох відповідей, одна з яких є правильною. Вони розраховані на студентів, які мають закріпити та/або перевірити знання з навчальної теми «Види науково-дослідної роботи (тести)».

Ключові слова: науково-дослідна робота, тези, тести, літературні джерела, бібліографія, наукові повідомлення, реферати, наукові доповіді, наукові тези, наукові статті, методичні розробки, наукові звіти, конструкторські розробки приладів, пристроїв, комп'ютерні програми, курсові роботи, кваліфікаційні роботи, дипломні роботи, магістерські роботи, кандидатські роботи, докторські роботи.

Сучасною вітчизняною наукою виокремлено види науково-дослідної роботи студентів: систематизація матеріалів опрацювання літературних джерел; аналіз наукової літератури; складання бібліографій з визначених тем; добір наукової літератури; підготовка наукових повідомлень і рефератів; наукові доповіді, наукові тези; наукові статті; методичні розробки з актуальних питань професійної діяльності; наукові звіти про виконання елементів досліджень під час практики; конструкторські розробки приладів, пристроїв та ін.; дослідні комп'ютерні програми; курсові; кваліфікаційні; дипломні; магістерські, кандидатські, докторські роботи та ін.

Студенти третього курсу повинні вміти написати: наукове повідомлення, реферат, наукову доповідь, наукову тезу, наукову статтю, курсову роботу. Зразки їх написання викладачами викладено в методичних рекомендаціях і на власних прикладах [1; 8-13].

Повідомлення (інформація) – те, що сповіщається комусь; письмова чи усна інформація; повідомлення (дані) – дані, інформація, передані, викладені ким-небудь; повідомлення (виступ) – невеликий публічний виступ, невелика доповідь на якусь тему [5].

Доповідь – один із видів монологічного мовлення: публічне, розгорнуте, офіційне повідомлення з певного питання, засноване на залученні документальних даних. Тези доповіді – опубліковані на початку наукової конференції (з'їзду, симпозіуму), матеріали попереднього характеру, що містять виклад основних аспектів наукової доповіді [2].

Реферат – коротка доповідь з певної теми, в якому зібрана інформація з одного або декількох джерел. Реферати можуть бути викладом змісту наукової роботи, статті і т. п. [6].

Тези – коротко сформульовані основні положення доповіді, лекції, статті тощо [7].

Наукова стаття – вид наукової публікації, який описує дослідження чи групу досліджень, пов'язаних однією темою, та виконана її науковими авторами. Наукові статті публікуються в періодичних наукових журналах або в неперіодичних збірниках наукових робіт. Наукова стаття є одним з найбільш поширених способів публікації наукових результатів [4].

Курсова робота (курсний проект) – вид самостійної навчально-наукової роботи з елементами дослідження, що виконується студентами закладів вищої або спеціальних закладів середньої освіти протягом семестру з метою закріплення, поглиблення і узагальнення знань, одержаних за час навчання та їх застосування до комплексного вирішення конкретного фахового завдання. Тематика курсової роботи зазвичай є частиною наукового пошуку відповідної кафедри факультету. Проблеми наукового пошуку, зображені в курсових роботах студентів, можуть знайти своє продовження в дипломних роботах. Цим забезпечується послідовність науково-дослідницької діяльності студентів від попередніх курсів до наступних, послідовність засобів і форм її проведення відповідно до логіки навчального процесу [3].

Мета дослідження – розробивши, подати тести для закріплення та/або перевірки знань з навчальної теми «Види науково-дослідної роботи (тести)».

Тести

1. Тези – це...

- а) коротко сформульовані положення наукових матеріалів (статей, лекцій, доповідей), які розкривають суть усієї інформації,
- б) короткий переказ змісту наукової роботи, книги або вчення,
- в) написаний чи надрукований на папері текст, звернений до певної фізичної або юридичної особи.

2. Якими мовами розробляються тези?

- а) англійською,
- б) українською,
- в) російською,
- г) всі вище вказані.
- д) однією з перелічених мов.

3. Тези повинні мати такі параметри (обрати не вірний варіант):

- а) шрифт Times New Roman,
- б) розмір основного тексту - 14 пт,
- в) інтервал – одинарний,
- г) тези не повинні містити таблиць і рисунків.

4. Чи потрібний перелік літератури в тезах?

- а) так,
- б) ні,
- в) не знаю.

5. Яку термінологію можна використовувати у тезах?

- а) будь-яку, на Ваш розсуд, тільки, щоб було зрозуміло Вам,
- б) прийняту державним стандартом,
- в) дозволяється використовувати невідому аббревіатуру, але обов'язково потрібно розшифрувати її та пояснювати.
- г) вірні варіанти б), в).

6. Чи дозволяється використовувати в тезах формули?

- а) ні, не дозволяється,
- б) так, можна використовувати,
- в) дозволяється, але не допускається використання формул у вигляді зображень. Великі формули повинні бути розбиті на декілька рядків.

7. Нумерація таблиць вирівнюється по:

- a) лівому краю,
- b) по правому краю,**
- c) без різниці.

8. Які зображення повинні бути в тезах:

- a) високої якості,
- b) з достатньою якістю для друку,**
- c) головне, щоб були зрозумілі.

9. Чи повинен бути підписаний рисунок у тезах?

- a) ні,
- b) не обов'язково,
- c) обов'язково будь де,
- d) обов'язково підписаний знизу.**

10. Обсяг тез складас:

- a) дві повні сторінки,
- b) три повні сторінки (включаючи рисунки, таблиці, перелік літератури та анотацію трьома мовами),**
- c) п'ять повних сторінок (включаючи рисунки, таблиці, перелік літератури та анотацію трьома мовами).

Отже, робимо **висновки**, що розроблені тести сприятимуть закріплення та/або перевірки знань у студентів з навчальної теми «Види науково-дослідної роботи (тести)».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104–112.

2. Вікіпедія. Доповідь [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D1%8C>.

3. Вікіпедія. Курсова робота [Електронний ресурс]. – Режим доступу : https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%83%D1%80%D1%81%D0%BE%D0%B2%D0%B0_%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0.

4. Вікіпедія. Наукова стаття [Електронний ресурс]. – Режим доступу : https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.

5. Вікіпедія. Повідомлення [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F>.

6. Вікіпедія. Реферат [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82>.

7. Вікіпедія. Теза [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%B7%D0%B0>.

8. Діхтяренко З. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип. 1 / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/8728/>.

9. Діхтяренко З. Ігри патріотів (для учнів початкових класів) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/707715/1/ІГРИ%20ПАТРІОТІВ%20%28для%20учнів%20початкових%20класів%29.pdf>.

10. Діхтяренко З. М. Користування „Щоденником зміцнення здоров'я“ для формування наполегливості молодших школярів // Зб. наук. праць УДПУ. – К. : Науковий світ, 2003. – С. 66–73.

11. Діхтяренко З. М. Рухливі ігри та естафети з елементами футболу / З. М. Діхтяренко // Фізичне виховання в школі: Науково-метод. журнал. – К. : „Педагогічна преса“. – 2005. – № 1. – С. 18–20.

12. Єрбоменко Е. Вплив здоров'я на нетрадиційні біомеханічні показники серця спортсменів за результатами даних ехокардіографії / Е. Єрбоменко, В. Чибісов, Ю. Рейдерман, Д. Загороднюк, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 102–111.

13. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. колегія: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.

Людмила Волкова,

*кандидат педагогічних наук, доцент кафедри сучасних європейських мов
ННІ гуманітарних наук Університету ДФС України*

СПЕЦИФІКА НАВЧАННЯ ІНОЗЕМНІЙ МОВІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

У статті автор досліджує проблему навчання іноземній мові майбутніх фахівців галузі фізичного виховання і спорту і визначає особливості цього навчання. Актуальність піднятої проблеми полягає у тому, що сьогодні існує суперечність між соціальним замовленням на висококваліфікованого фахівця, який добре володіє іноземною мовою і може використовувати її у своїй професійній діяльності та невисоким рівнем підготовки випускників фізкультурно-спортивних спеціальностей з іноземної мови.

Ключові слова: спрямованість навчання, іншомовні компетенції, професійне спілкування, фахівці галузі фізичного виховання та спорту.

Глобалізація світової економіки, розширення міжнародних зв'язків обумовлюють підвищення ролі іноземних мов у сучасному світі. Протягом останнього десятиріччя в нашій країні значно виріс інтерес до вивчення іноземних мов і підтвердженням цьому є відкриття в багатьох вищих навчальних закладах факультетів, на яких іноземна мова вивчається як спеціальність, та тривалий попит, яким користуються ці фахівці.

Вищезазначене свідчить про те, що знання іноземної мови стають невід'ємною складовою професійної компетентності фахівців з вищою освітою різного напрямку підготовки і роблять їх конкурентноспроможними на міжнародному ринку праці. Усе це обумовлює необхідність якісних змін у навчанні іноземним мовам студентів немовних спеціальностей, з метою покращення рівня їхніх знань іноземної мови і можливості її практичного використання в майбутній професійній діяльності.

Існуюча суперечність між зростаючими вимогами до рівня знань іноземної мови фахівцями галузі фізичного виховання та спорту та їхнім реальним невисоким рівнем знань, невмінням практично користуватись іноземною мовою в професійній сфері доводить необхідність вирішення проблемних питань у навчанні іноземній мові студентів фізкультурно-спортивних спеціальностей і пояснює актуальність цієї проблеми.

Мета статті – виявити особливості навчання іноземній мові студентів фізкультурно-спортивних інститутів.

Завдання – проаналізувати дослідження інших науковців, які займались проблемою навчання іноземній мові студентів немовних спеціальностей, розкрити суть специфіки цього навчання.

Проблемі навчання іноземній мові студентів та учнів присвячено багато робіт різних науковців: Й. Берман, І. Бим, І. Зимньої, Г. Китайгородської, О. Леонтєва, М. Ляховицького, Є. Пасова, Е. Шубіна та ін.

Подальше дослідження цієї проблеми сучасними мовознавцями, методистами пояснюється зростаючою роллю іноземної мови в професійній діяльності фахівців. Визначимо головні особливості навчання іноземним мовам у немовних ВНЗ.

Навчання у фізкультурно-спортивному вузі відрізняється чіткою практичною спрямованістю та предметністю. Студенти опановують іноземну мову як засіб для отримання додаткової інформації зі свого фаху. Вони навчаються не тільки іноземній мові як такій, але й прийомам роботи з іноземною спеціальною літературою, спеціальною лексикою, системою позначень та специфічними для закордонного досвіду поняттями. Це стає можливим тільки завдяки тісному зв'язку навчання іноземній мові з навчанням профільним предметам. У процесі навчання студент не тільки опановує мову і лексику як її складову, але й учиться використовувати її в якості дійового засобу отримання необхідної інформації з спеціальності.

Якісна особливість навчання у фізкультурно-спортивних ВНЗ полягає у тому, що отримані знання з мови на основі узагальнень формуються у спрямовану функціональну систему. Навчання мові фахівців галузі фізичного виховання і спорту повинно бути представленим не як проста серія занять, а як серйозний курс навчання, що визначається не тільки своїми чіткими цілями і завданнями, але й характерними для вищої школи прийомами опанування матеріалу.

Потрібно пояснити студенту, що «навчити» мові не можна. Мові можна тільки навчитись. Опанувати мову – це означає навчитись автоматично використовувати мовні засоби в мовленні, а навички можуть бути сформовані тільки за умови активної навчальної діяльності самого студента. Роль викладача полягає в тому, щоб зробити навчальну роботу студентів цілеспрямованою, полегшити їм шлях засвоєння матеріалу. Обов'язковою є вольова, зосереджена, наполеглива праця студента, без якої опанувати мову неможливо. Зважаючи на жорстку обмеженість у навчальному часі, серйозність цілей навчання, а також враховуючи психологічні особливості студента та обов'язкову умову інтенсивності вправ для опанування мовою, основну кількість тренувальних вправ потрібно перенести на самостійну роботу. Основні зусилля викладача повинні бути зосередженими на прийомах раціонального пояснення, на контролі виконання завдань, на коректуванні результатів роботи.

Цілі і завдання навчання фахівців галузі фізичного виховання та спорту та специфіка опанування мовленнєвими навичками визначають особливості співвідношення формуючих навичок та умінь усного мовлення та читання.

Оволодіння навичками усного мовлення, зокрема навичками говоріння, вимагає великих затрат часу на виконання тренувальних вправ. За певний час навчання студент може оволодіти відносно невеликим обсягом лексики та граматичного матеріалу в усному мовленні, проте обсяг пасивного словникового запасу та пасивного граматичного матеріалу в плані читання буде значно більшим. Враховуючи взаємно позитивний вплив розвитку навичок усного мовлення та читання, характер цілей навчання та особливості побудови навчального процесу вказують на доречність курсу навчання іноземній мові фахівців галузі фізичного виховання та спорту несумісного паралельного розвитку навичок та умінь усного мовлення та читання [3, с. 52-53].

Погоджуючись із думкою Й. Бермана, ми хотіли б виділити ще деякі характерні особливості навчання іноземній мові у немовних вузах.

Однією з них є короткий термін курсу вивчення іноземної мови для студентів фізкультурно-спортивних спеціальностей, що, на жаль, не дає можливості повною мірою охопити весь спектр професійно спрямованого та базового навчального матеріалу. Оскільки навчання іноземній мові, згідно з навчальним планом, відбувається на двох перших курсах, то відсутність предмета іноземної мови на наступних курсах аж ніяк не сприяє подальшому розвитку іншомовної комунікативної компетенції. Загальновідомий факт, що набуті знання, вміння й навички з іноземної

мови, які тривалий час (у цьому випадку – три роки: 3, 4, 5 курс) не використовуються на практиці, швидко забуваються.

Другою особливістю ми вважаємо доступність навчального матеріалу, який має бути зрозумілий студентам. Тут важливо пам'ятати, що студенти фізкультурно-спортивного напрямку навчання можуть і не мати здібностей до вивчення іноземної мови або мати не достатньо розвинені здібності, оскільки їх першим захопленням були і є фізкультурно-спортивні науки. Це зобов'язує викладача дотримуватись послідовності навчання іноземній мові, починаючи з базових загальних знань з іноземної мови і поступово переходячи до спеціалізованого матеріалу, який є вже відомим студентам з фахових дисциплін, правильно підбирати певні методи і прийоми здійснення процесу навчання, розвивати здібності до вивчення іноземної мови, підвищувати мотивацію навчання.

Ще однією особливістю є інтеграція філологічних та фізкультурно-спортивних знань, останні надають іноземній мові предметності, професійної спрямованості. Так, із закінченням базового навчання іноземній мові розпочинається новий етап навчання – введення у сферу іншомовного спілкування зі спеціальності, що передбачає опанування професійно-спрямованого граматичного і лексичного матеріалу, під час якого фахові знання знаходять своє відображення в іноземній мові.

Щодо самостійної роботи ми хотіли б відмітити, що хоча важливість самостійної роботи передбачається навчальними програмами, на жаль, не завжди спостерігається свідоме ставлення студентів до її виконання. Значним недоліком у цьому плані є також недостатність навчальних спеціалізованих підручників, за якими можна здійснювати самоконтроль.

І. Нещадим вбачає специфіку навчання іноземній мові студентів фізкультурно-спортивних ВНЗ у такому:

- у зв'язку з сучасними тенденціями перетворення іноземної мови у невід'ємний та найважливіший компонент професійної підготовки майбутніх фахівців;

- як основні цілі іншомовної підготовки, як правило, висувуються опанування студентами загальної і спеціальної лексики, формування навичок роботи з іноземною спеціальною літературою, розвиток навичок читання та усного мовлення іноземною мовою;

- навчання в фізкультурно-спортивних ВНЗ відрізняється чіткою практичною спрямованістю та предметністю, а також взаємозв'язком з майбутньою спеціальністю;

- як навчальна дисципліна іноземна мова є безпредметною, оскільки є засобом формування, формою здійснення та вираження думки про об'єктивну дійсність, чії властивості й закономірності є предметом інших дисциплін;

- основним засобом організації комунікативно-пізнавальної діяльності студентів, формою навчання і його метою є спілкування;

- з позиції ефективності засвоєння навичок мовлення та читання іноземною мовою необхідна постійна інтенсивна робота студентів, що в умовах жорстких обмежень аудиторного навчального процесу в часі вимагає ефективної організації самостійної роботи студентів;

- послідовний характер навчання в фізкультурно-спортивних ВНЗ: будучи продовженням шкільної освіти, даний курс спирається на знання, вміння і навички, набуті студентом у школі, що стає причиною початковою різномірневою підготовленістю студентів, відносно невисокої підготовки більшості;

- несформованість професійної спрямованості студентів першого курсу призводить або до зовнішньої мотивації навчання іноземної мови (вимоги програми, престиж), або пов'язану з дозвіллям, культурним та розумовим розвитком;

- невираженість професійних інтересів студентів фізкультурно-спортивних спеціальностей до опанування іноземною мовою, не розуміння її ролі у професійному становленні [5, с. 14-15].

І. Нещадим досить чітко і повно визначила особливості навчання іноземній мові студентів фізкультурно-спортивних ВНЗ, врахувавши всі сторони цієї проблеми.

Більш загально до цього питання підійшла І. Леушина, яка називає такі особливості навчання іноземної мови студентів фізкультурно-спортивних факультетів:

- відносно невисокий рівень підготовки студентів фізкультурно-спортивних факультетів, на початковому етапі;
- жорсткі обмеження навчального процесу в часі;
- малочисельність груп, яка не дозволяє судити про ефективність тієї чи іншої методики навчання за висновками проміжного контролю через низьку статистичну значимість результатів [6].

Отже, підсумовуючи вищесказане та враховуючи власні спостереження, можемо відмітити, що до специфіки навчання іноземній мові студентів фізкультурно-спортивних ВНЗ належить:

- професійна спрямованість курсу іноземної мови у відповідності до обраного студентами фаху, а саме визначення тематики усного, писемного мовлення та читання в суворій відповідності до фаху;
- обмежений термін навчання іноземній мові;
- тривала перерва між закінченням курсу іноземної мови і можливим практичним застосуванням знань з іноземної мови під час професійної діяльності;
- різний рівень знань іноземної мови на початковому етапі, незважаючи на те, що шкільні програми передбачають однаковий підхід щодо вивчення іноземної мови, але через різні причини рівень володіння іноземною мовою, як правило, відрізняється;
- досягнення мінімального рівня розвитку іншомовної комунікативної компетенції як кінцевого результату навчання мови;
- відповідний вибір методів, прийомів та форм роботи на занятті з іноземної мови, які враховують рівень попередньої підготовки студентів та професійну спрямованість курсу іноземної мови;
- міжпредметні зв'язки пояснюються тим, що зміст навчання іноземній мові обов'язково повинен бути пов'язаним зі змістом професійної підготовки студентів технічних спеціальностей. Іноземна мова інтегрується з іншими предметами професійної підготовки, загальнопрофесійними та спеціальними циклами;
- важливість самостійної роботи посилюється невеликою кількістю аудиторних занять та необхідністю щоденної роботи над мовою задля вироблення відповідних навичок й умінь з іноземної мови;
- невисокий рівень мотивації навчання іноземній мові на початковому етапі, що пояснюється захопленням учнів технічними науками і відсутністю інтересу або здібностей до іноземної філології;
- можливість використання рефлексивних процесів розумової діяльності, яка проявляється у використанні навичок і умінь, набутих на фахових предметах, під час опанування іноземною мовою.

Підсумовуючи вищесказане, зазначимо, що в результаті проведеного дослідження нами визначені особливості навчання іноземній мові студентів фізкультурно-спортивних спеціальностей. Ці знання дають нам можливість виявити проблемні питання в навчанні іноземній студентів фізкультурно-спортивних спеціальностей і знайти шляхи їх вирішення.

Волкова Л. В. Специфика обучения иностранному языку будущих специалистов в области физического воспитания и спорта.

В статье автор исследует проблему обучения иностранному языку будущих специалистов отрасли физического воспитания и спорта и определяет особенности этого учения. Актуальность поднятой проблемы заключается в том, что сегодня существует противоречие между социальным заказом на высококвалифицированного специалиста,

который хорошо владеет иностранным языком и может использовать ее в своей профессиональной деятельности и невысоким уровнем подготовки выпускников физкультурно-спортивных специальностей по иностранному языку.

Ключевые слова: направленность обучения, иноязычные компетенции, профессиональное общение, специалисты отрасли физического воспитания и спорта.

Liudmyla Volkova. Peculiarities of learning foreign languages by the future specialists of the physical education and sports (University of the State Fiscal Service of Ukraine (Irpin) Ukraine) State Fiscal Service of Ukraine.

This article deals with the problem of learning foreign languages by the students of the physical education and sports professions and defines peculiarities of this learning. Today there is a contradiction between the social order for the highly skilled expert who well knows foreign language and can use it in the professional work and a low preparation level of graduates of the physical education and sports specialties on foreign language.

Identify the main features of teaching foreign languages in higher education institutions.

Education at physical education and sports institution is distinguished by a clear practical orientation and objectivity. Students learn a foreign language as a means for obtaining additional information on their specialty. They learn not only the foreign language as such, but also the methods of working with foreign special literature, special vocabulary, a system of notations and specific concepts for foreign experience. This becomes possible only due to the close connection of teaching foreign language with the study of profile subjects. In the process of learning, the student not only learns the language and vocabulary as its constituent, but also learns to use it as an effective means of obtaining the necessary information in the specialty.

The qualitative feature of studying at physical education and sports universities is that the knowledge obtained from language on the basis of generalizations is formed into a directed functional system. Teaching the language of specialists in the field of physical education and sports should be presented not as simple series of classes, but as a serious course of study, which is determined not only by its clear goals and objectives, but also by the methods of mastering the material high school. It is necessary to explain to the student that it is impossible to "teach" the language. Language can only learn. To know language means automatically use language in speech, and skills can only be formed under the condition of the student's active learning activities. The role of the teacher is to make students' educational work purposeful, to facilitate their way of mastering the material. The main efforts of the teacher should be focused on methods of rational explanation, on the control of the implementation of tasks, on the correction of the results of work.

The goals and objectives of training specialists in the field of physical education and sport and the specifics of language skills are determined by the peculiarities of the correlation between the forming skills and the ability to speak and read.

Key words: orientation of learning, another language competence, professional dialogue, teaching foreign language, language skills.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Король С. В. Специфіка навчання іноземній мові студентів технічних університетів [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.ruv.de/de/r_v_ratgeber/ausbildung_berufseinstieg/karrieretipps/6_fremdsprachen.jsp.
2. Рожкова Ф. М. Вопросы обучения иностранным языкам в средних профессионально-технических училищах: Методическое пособие. – М.: Высшая школа, 1984, – 184 с.
3. Берман И. М. Методика обучения английскому языку в неязыковых вузах. – М.: Высшая школа, 1970. – 230 с.
4. Гарнопольський О. Б. Методика навчання англійської мови на II курсі технічного вузу: Посібник. – К.: Вища школа, 1993. – 167 с.

5. Нецадим И. О. Иноязычная подготовка как средство формирования профессиональной компетентности студентов технического вуза: Автореф. дис. к. пед. н. – Ставрополь, 2006. – 23 с.

6. Леушина И. В. Совершенствование иноязычной подготовки будущих специалистов технического профиля в условиях многоуровневой системы высшего профессионального образования. Автореф. дис. к. пед. н. – Нижний Новгород, 2003. – 24 с.

Зоя Діхтяренко,
кандидат педагогічних наук,
ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації
Університету ДФС України,
Світлана Єрсова,
студентка ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки
та реабілітації УДФСУ

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ. ТЕСТИ

У матеріалах викладена авторська розробка тестів із предмету «Основи наукових досліджень» на тему «Загальна характеристика методів дослідження». Тести були скомпоновані у вигляді запитання та декількох відповідей, одна з яких є правильною. Вони розраховані на студентів, учнів НЦ МАН України, що мають закріпити та/або перевірити знання з навчальної теми «Загальна характеристика методів дослідження».

Ключові слова: дослідження, методи, педагогічне спостереження, випробовування, експеримент, оцінювання, хронометрування, тести, обробка результатів, аналіз.

ВСТУП. У філософських словниках «метод» визначається як спосіб досягнення певної мети, сукупність прийомів або операцій практичного або теоретичного освоєння дійсності. Метод є шлях пізнання, що дослідник прокладає до свого предмета, керуючись певною гіпотезою. Метод – це система принципів, вимог, правил, керуючись якими дослідник може досягти поставленої мети. Володіння методом означає для людини знання того, яким чином, у якій послідовності здійснювати ті чи інші дії для вирішення тих чи інших завдань.

Основні методи в науці: діалектичний метод, аналітичний метод, метод гіпотез, феноменологічний метод, феноменологічна модель технологічного процесу, аналіз і синтез, аксіоматичний метод, синтетичний метод, метод суперпозицій, методи планування експерименту, метод аналогій [2; 5].

Метод пізнання, або метод дослідження – це деяка специфічна процедура, що складається з певних дій або операцій, за допомогою яких здобувається й обґрунтовується нове знання в науці, наприклад, З. Діхтяренко подала авторські визначення понять: «хортовий», «хортове виховання» [3].

Методи дослідження класифікуються за різними ознаками: за рівнем пізнання – емпіричні й теоретичні; за функціями, які вони здійснюють у пізнанні – методи систематизації, пояснення й прогнозування; від конкретної області дослідження – фізичні, біологічні, соціальні, технічні й т.п. З ширшого погляду методи дослідження поділяють на загальнонаукові (тобто вони можуть бути методами й емпіричного, і теоретичного дослідження) і спеціальні, що застосовуються в конкретній галузі науки. У будь-якому дослідженні звичайно ж суміщаються і загальнонаукові, і спеціальні методи дослідження.

Загальнонаукові методи дослідження поділяють на три великі групи: методи емпіричного дослідження (спостереження, порівняння, вимір, експеримент, моніторинг); методи теоретичного дослідження (сходження від абстрактного до конкретного, ідеалізація, уявний експеримент, формалізація, аксіоматичний метод або дедуктивно-

аксіоматичний); загальні методи, використовувані як на емпіричному, так і на теоретичному рівні дослідження (абстрагування й конкретизація, аналіз, синтез, індукція, дедукція, абдукція, моделювання, аналогія, історичний і логічний методи, метод графів).

Аналіз, синтез, моделювання й ін. методи раніше вважалися методами тільки теоретичного дослідження. Але в останні роки ці методи обслуговують й емпіричні, і теоретичні дослідження, але з різним ступенем глибини [2; 5].

Мета дослідження – розробивши, подати тести для закріплення та/або перевірки знань у студентів, учнів НЦ МАН України з навчальної теми «Загальна характеристика методів дослідження».

ТЕСТИ

1. У практиці проведення досліджень, спрямованих на вирішення завдань теорії і методики фізичного виховання, найбільшого поширення набули такі методи:

- а) аналіз науково-методичної літератури, документальних і архівних матеріалів,*
- б) педагогічне спостереження,
- в) бесіда, інтерв'ю та анкетування,
- г) контрольні випробування,
- д) всі перераховані варіанти правильні.

2. Педагогічне спостереження це:

- а) цілеспрямоване сприйняття будь-якого педагогічного явища, за допомогою якого дослідник озброюється конкретним фактичним матеріалом або даними в області фізичного виховання і спорту,*
- б) метод збору фактичних даних, шляхом вивчення: планів і щоденників тренувань, протоколів змагань, керівних матеріалів і зведених звітів спортивних організацій, навчальних планів і програм,
- в) оцінка отриманого емпіричного та теоретичного матеріалу за якісними і кількісними показниками.

3. Інтерв'ю – це:

- а) метод отримання інформації шляхом усних відповідей респондентів,*
- б) отримання інформації від респондентів шляхом письмової відповіді на систему стандартизованих питань,
- в) спостереження, про який учасники процесу не знають.

4. Контрольні випробування – це:

- а) оцінка отриманого емпіричного і теоретичного матеріалу за якісними (тобто не мають певних одиниць виміру) і кількісними показниками в процесі контрольних випробувань,*
- б) отримання інформації від респондентів шляхом письмової відповіді на систему стандартизованих питань,
- в) протоколом спостережень.

5. Педагогічний експеримент буває:

- а) порівняльний,
- б) незалежний,
- в) комплементарний,
- г) *перші два варіанти вірні.*

6. Порівняльний експеримент буває:

- а) прямим,
- б) перехресним,
- в) багатофакторним,
- г) *всі перераховані варіанти правильні.*

- 7. Обробка результатів може проводитися:**
- а) в якісному та кількісному аспекті,*
 - у складному та простому аспекті,
 - у внутрішньому та зовнішньому аспекті.
- 8. Експеримент може бути:**
- природним,
 - модельним,
 - лабораторним,
 - з) всі перераховані варіанти правильні.*
- 9. Мета педагогічного спостереження:**
- а) вивчення різноманітних питань навчально-тренувального процесу,*
 - вивчення різноманітних понять і функцій,
 - дослідження складних взаємодій на проміжних рівнях.
- 10. Експертне оцінювання застосовується в педагогічних дослідженнях для оцінки явищ:**
- а) які не мають кількісного вираження,*
 - які мають кількісне вираження,
 - які мають значення для людства.
- 11. Аналіз документальних і архівних матеріалів – це:**
- а) метод збору фактичних даних, шляхом вивчення: планів і щоденників тренувань, протоколів змагань, керівних матеріалів і зведених звітів спортивних організацій, навчальних планів і програм, журналів обліку успішності і відвідуваності, особистих справ і медичних карток, статистичних матеріалів,*
 - процес напрацювання навичок у сфері архівування,
 - спосіб перерозподілу навантаження з протоколів на навчальні плани.
- 12. Хронометрування – це:**
- а) вимір течії часу в стандартних інтервалах і, в кінцевому рахунку, по відношенню до встановленої точці відліку,*
 - хронометрування квадратних метрів,
 - складне взаємовідношення усередині сформованих груп.
- 13. Безпосереднє спостереження – це:**
- а) спостереження, коли дослідник сам виступає спостерігачем педагогічного явища,*
 - спостереження, коли дослідник зосереджений на складних системах,
 - спостереження за небесними світилами.
- 14. Опосередковане спостереження – це:**
- а) спостереження до яких залучають інші особи,*
 - спостереження до яких залучаються треті особи,
 - обидва варіанти правильні.
- 15. Відкрите спостереження – це:**
- а) спостереження, коли об'єкт знає, що за ним спостерігають,*
 - спостереження, коли об'єкт не знає, що за ним спостерігають,
 - спостереження, коли об'єкт нічого не знає.
- 16. Приховане спостереження – це:**
- а) спостереження, про який учасники процесу не знають,*
 - спостереження, про який учасники процесу знають, але не признаються,
 - спостереження через скло, що не пропускає ультрафіолет.
- 17. Спостереження вважається безперервним...**
- а) якщо воно відображає явище в закінченому вигляді, тобто. якщо проглядаються його початок, розвиток і завершення,*

- б) якщо воно відображає явище в незакінченому вигляді,
- в) якщо воно проводиться безперервно протягом дня.

18. Обробка результатів методами математичної статистики може здійснюватись методами визначення достовірності відмінностей по:

- а) Т-критерієм Стьюдента,
- б) Т-критерієм Уайта,
- в) критерієм χ^2 ,
- г) *будь-який вищеперахований варіант правильний.*

19. Виберіть неправильну різновидність тестів:

- а) тести функціонального дослідження (реєстрація ЧСС, МПК й ін.),
- б) тести для дослідження фізичної працездатності (Гарвардський степ-тест та інші види тестів),
- в) тести для дослідження фізичних якостей (підтягування, стрибок в довжину з місця та ін.),
- г) *тести для дослідження лінії (кількість і якість часу проведеного в обіймах Морфея).*

20. Дискретне спостереження – це:

- а) *спостереження, предметом якого є процес, межі початку і завершення якого значно віддалені в часі,*
- б) спостереження, предметом якого є процес, межі початку і завершення якого значно віддалені в просторі,
- в) спостереження, предметом якого є процес, межі початку і завершення якого значно віддалені в просторово-часовому континуумі.

Висновки.

1. Розроблені та подані тести сприяють закріплення та/або перевірки знань у студентів, учнів НЦ МАН України з навчальної теми «Загальна характеристика методів дослідження».

2. У результаті вивчення навчальної дисципліни «Основи наукових досліджень» студенти повинні вміти написати тези (по можливості наукову статтю) та оформити наукову роботу згідно вимог збірника наукових праць (наприклад, за вимогами Матеріалів Першої Всеукраїнської науково-практичної конференції «Хортинг – національний вид спорту України: досвід і перспективи» / [ред. колегія: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018) і за зразками [1; 3; 4; 6; 7; 8].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрмоменко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104–112.

2. Вікіпедія Метод [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4>.

3. Діхтяренко З. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип. 1 / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/8728/>.

4. Єрмоменко Е. Вплив здоров'я на нетрадиційні біомеханічні показники серця спортсменів за результатами даних ехокардіографії / Едуард Єрмоменко, Віктор Чибісов, Юрій Рейдерман, Дарина Загороднюк, Зоя Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 102–111.

5. Кримський С. Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук (голова редколегії) та ін. ; Л. В. Озадовська, Н. П. Поліщук (наукові редактори) ; І. О. Покаржевська (художнє оформлення). – Київ : Абрис, 2002. – С. 373. – 742 с.

6. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.

7. Оржеховська В. М. Концепція національної філософії виховання дітей та молоді в Україні на засадах хортингу (проект) / В. М. Оржеховська, Т. Є. Федорченко, Е. А. Єрмоєнко, З. М. Діхтяренко, О. В. Мельник // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 17–34.

8. Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014-2018. – Вип. 1-9.

Зоя Діхтяренко,
кандидат педагогічних наук,
ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації
Університету ДФС України,
Роман Рудольф,
студент ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки
та реабілітації УДФСУ

МЕТОДИ ВИМІРЮВАННЯ ТА ОЦІНЮВАННЯ В ДОСЛІДЖЕННЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ. ТЕСТИ

У матеріалах викладені тести з предмету „Основи наукових досліджень“ на тему „Методи вимірювання та оцінювання в дослідженнях з фізичного виховання“. Тести були скомпоновані у вигляді запитання та декількох відповідей, одна з яких є правильною.

Ключові слова: рухова активність, фізичне виховання, викладач, тренер, педагог, види контролю, частота серцевих скорочень, фізичне навантаження, дослідження, методи, методи вимірювання та оцінювання, тести, обробка результатів, фактори, розвиток, антропометрія, постава, фізіологічні вигини хребта, грудна клітина, індекс, паспортний вік, фізичний розвиток, життєва ємність легень.

У дослідженнях різних авторів (Дж. Вілмор, С. Козіброцький, Д. Костілл, С. Марченко, Р. Мушкета, І. Хотченко) звертається увага на різні аспекти щодо методів вимірювання та оцінювання в дослідженнях з фізичного виховання [3; 7; 9; 11; 12]. У свою чергу, в дисертаційних дослідженнях [2; 4; 5; 8; 11] під час опису експериментальних методик наведено різні варіанти вимірювань і оцінювань з фізичного виховання і спорту, що вкрай необхідні молодим науковцям.

Мета дослідження – розробивши, подати тести для закріплення та/або перевірки знань з навчальної теми „Методи вимірювання та оцінювання в дослідженнях з фізичного виховання“.

Тести

Питання № 1. Рухова активність це?

- а) невід’ємна частина способу життя та поведінки дітей,
- б) кількість вільного часу, мотивація до занять,
- в) все вище перераховане.

Питання № 2. Основна мета контролю у фізичному вихованні полягає у?

- а) у виявленні адекватності педагогічно спрямованих впливів, та їх ефектів запланованим результатам,
- б) у виявленні хронічних захворювань внутрішніх органів,
- в) все вище перераховане.

Питання № 3. Контроль з боку викладача, тренера, педагога, що здійснюється згідно його професійними функціями, кваліфікацій називається:

- а) естетичним,

- б) поточним (педагогічним),
 - в) морфологічним.
- Питання № 4. Які є види контролю оцінювання?
- а) поточним (педагогічним),
 - б) цикловий,
 - в) все вище перераховане.
- Питання № 5. Для визначення ЧСС, залежно від інтенсивності фізичного навантаження використовують:
- а) номограму,
 - б) орфограму,
 - в) діафрагму.
- Питання № 6. Які тести для інтенсивності навантажень Ви знаєте?
- а) розмовний тест,
 - б) кроковий тест,
 - в) все вище перераховане.
- Питання № 7. Які основні фактори, включає в себе розвиток?
- а) ріст,
 - б) диференціацію органів та тканин,
 - в) формотворення,
 - г) все вище перераховане.
- Питання № 8. Антропометрія – це вимірювання:
- а) росту нігтів і волосся,
 - б) зріст і вага,
 - в) продуктів виділення та розпаду з організму.
- Питання № 9. Фізичний розвиток це?
- а) природний біологічний процес,
 - б) природний хімічний процес,
 - в) не природний біологічний процес.
- Питання № 10. Показниками фізичного розвитку є:
- а) соматометричні,
 - б) фізіометричні,
 - в) самотоскопічні,
 - г) все вище перераховане.
- Питання № 11. Постава це?
- а) це звичка, постійна не вимушена манера тримати своє тіло у просторі,
 - б) це не постійна вимушена манера тримати своє тіло у просторі,
 - в) це вміння тримати себе горизонтально на будь якій поверхні.
- Питання № 12. Фізіологічні вигини хребта це?
- а) лордоз,
 - б) кіфоз,
 - в) сколіоз.
- Питання № 13. Фізіологічними формами грудної клітини є:
- а) конусоподібна, циліндрична та сплющена,
 - б) вузька, куряча та лійкоподібна,
 - в) все вище перераховане.
- Питання № 14. „Індекс Кетле“ – це?
- а) масозростковий індекс,
 - б) ростової індекс,
 - в) все вище перераховане.
- Питання № 15. „Індекс Ерісмана“ свідчить про нормальну ширину:
- а) грудної клітини,

- б) таза,
- в) талій.

Питання № 16. Діти з пришвидшеним, випереджаючий паспортний вік, розвитком у яких раніше настає зрілість, зветься:

- а) медіанти,
- б) акселерати,
- в) дегенерати.

Питання № 17. Діти з середнім рівням фізичного розвитку, зветься:

- а) ретарданти,
- б) медіанти,
- в) акселерати.

Питання № 18. Діти які відстають у фізичному розвитку та дозріванні організму від паспортного віку зветься:

- а) ретарданти,
- б) реципієнти,
- в) реплік анти.

Питання № 19. Життєву ємність легень, визначають за допомогою:

- а) термометра,
- б) спиртометра,
- в) спірометра.

Питання № 20. „Проба Штанге“ це :

- а) зумисна затримка дихання під час вдиху,
- б) зумисна затримка дихання під час видиху,
- в) затримка дихання.

Відповіді: 1-а; 2-а; 3-б; 4-в; 5-а; 6-в; 7-г; 8-б; 9-а; 10-г; 11-а; 12-а і б; 13-а; 14-а; 15-а; 16-б; 17-б; 18-а; 19-в; 20-а.

Висновки.

1. Розроблені та подані тести сприяють закріплення та/або перевірки знань у студентів, учнів НЦ МАН України з навчальної теми „Загальна характеристика методів дослідження“.

2. У результаті вивчення навчальної дисципліни „Основи наукових досліджень“ студенти повинні вміти написати тези (по можливості наукову статтю) та оформити наукову роботу згідно вимог збірника за зразками [1; 6; 7; 9; 10; 12].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104–112.

2. Бойко В. Ф. Структура і діагностика спеціальної витривалості кваліфікованих борців (на матеріалі вільної боротьби) : дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Київський державний інститут фізичної культури. – К., 1983. – 170 с.

3. Вілмор Дж. Х. Фізіологія спорту / Дж. Х. Вілмор, Д. Л. Костілл. – К.: Олімпійська література, 2003.

4. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Діхтяренко Зоя Михайлівна. – К., 2008. – 275 с.

5. Єрьоменко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Єрьоменко Едуард Анатолійович. – К., 2015. – 222 с.

6. Єрьоменко Е. Вплив здоров'я на нетрадиційні біомеханічні показники серця спортсменів за результатами даних ехокардіографії / Едуард Єрьоменко, Віктор Чибісов,

Юрій Рейдерман, Дарина Загороднюк, Зоя Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 102–111.

7. Козіброцький С. Оцінювання навчальних досягнень студентів на заняттях із фізичного виховання / С. Козіброцький // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – 2009. – № 1.

8. Малинський І. Й. Індивідуальні особливості функціональної підготовленості кваліфікованих борців вільного стилю (включаючи вікові відмінності) : автореф. дис... канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.01 / Малинський Ігор Йосипович ; Державний НДІ фізичної культури і спорту. – К., 2002. – 18 с.

9. Марченко С. І. Особливості рухової підготовленості молодших школярів // Теорія та методика фізичного виховання / С. І. Марченко. – 2007. – № 5 (31).

10. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. колегія: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.

11. Мушкета Р. Підготовка вчителів фізичного виховання у Польщі до оцінювання навчальних досягнень учнів : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Р. Мушкета ; Терноп. нац. пед. ун-т ім. В. Гнатюка. – Т., 2007

12. Хотченко І. А. Оцінювання навчальних досягнень школярів і студентів: історико-педагогічний аспект / І. А. Хотченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2006. – № 12.

Едуард Єрмоєнко,
кандидат педагогічних наук,
президент Міжнародної федерації хортингу,
заступник директора Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової
підготовки та реабілітації Університету ДФС України,
Денис Самоха,
студент ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки
та реабілітації УДФСУ

МАЙСТЕРНІСТЬ ПЕДАГОГА В ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ-ХОРТИНГІСТІВ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ КОМП'ЮТЕРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

У тексті конкретизується увага на процесі проведення наукового дослідження, в якому необхідним є використання різноманітної інформації, а Інтернет відображає швидкий доступ до даних, на яких ґрунтується хід дослідження. Також описана авторська розробка тестів із предмету «Основи наукових досліджень» на тему «Використання комп'ютерних технологій у наукових дослідженнях». Тести були скомпановані у вигляді запитання та декількох варіантів відповідей, одна або декілька з яких є правильною. Вони розраховані на студентів, які мають закріпити та/або перевірити знання з даної навчальної теми.

Ключові слова: Інтернет, інформація, дослідження, статистика, комп'ютерні технології, люди, автоматизована система обробки інформації, суб'єкти інформаційних відносин, всесвітня павутина, електронна обчислювальна машина, інформаційно-пошукова система, інформаційно-довідкові системи, інформаційно-управляючі, або управлінські системи, інформаційні системи нового покоління, системи підтримки прийняття рішень, штучний інтелект.

Останніми роками індустрія інформаційних технологій досягла вражаючих успіхів в удосконаленні обчислювальних систем і систем обробки й зберігання даних. Постійно

збільшується кількість пропонованого обладнання та програмних продуктів, багаторазово зросли функціональні можливості й «інтелектуальність» програмного забезпечення. За допомогою мобільних пристроїв зручно відстежувати тренування, збирати статистику, планувати майбутні заняття. Сучасні інформаційні системи надають професійні рекомендації, ефективність яких наближається до консультацій особистого тренера. Поява нового покоління програмних засобів (на базі мультимедіа, гіпермедіа, інтернет-технологій, хмарних обчислень тощо) вимагає переосмислення можливостей сучасних ІКТ із метою підвищення ефективності процесу тренування, підвищення кваліфікації та тематичного вдосконалення на основі адаптації до хмароорієнтованого предметного середовища, тому обрана тема має актуальність відповідно до сучасних вимог інформаційного суспільства [6, с. 145].

Загальні напрями впровадження комп'ютерних технологій для хортингістів (використання інтегрованого хмарного сервісу Google Fit для контролю тренувань із хортингу; використання хмарних сервісів Google у професійній діяльності фахівців з хортингу; можливості використання інформаційно-комунікаційних технологій в професійній діяльності фахівців з хортингу; соціальні мережі як ефективний засіб популяризації хортингу – національного виду спорту України) систематично досліджується в роботах А. Хатько [6-10].

Таким чином, основними поняттями нашого дослідження є: «дослідження», «статистика», «електронна обчислювальна машина», «інформаційно-пошукові системи», «інформаційна система», «штучний інтелект», «хортинг», «хорт» тощо, які висвітлені у Вікіпедії та наукових різноманітних публікаціях [1-5].

Отже, *дослідження, дослід* – (широко розуміючи) пошук нових знань або систематичне розслідування з метою встановлення фактів (вузько розуміючи); науковий метод (процес) вивчення чого-небудь.

Статистика – наука, що вивчає методи кількісного охоплення і дослідження масових, зокрема суспільних, явищ і процесів. Найважливішою складовою інформаційного забезпечення є статистика. Відповідно до проведених досліджень нею користуються понад 92 % усіх категорій осіб, що є користувачами інформації.

Internet – це велика, розгалужена (розподілена) мережа, що включає комп'ютерні вузли, розміщені у світі. Коли відбувається з'єднання із Інтернетом, то комп'ютер стає частиною цієї всесвітньої мережі комп'ютерів. *Інтернет* – це мережа мереж комп'ютерів, що зв'язані за допомогою міжмережевих шлюзів. Це всесвітня система сполучених комп'ютерних мереж, що базуються на комплекті Інтернет-протоколів. Інтернет також називають мережею мереж. Інтернет складається з мільйонів локальних і глобальних приватних, публічних, академічних, ділових і урядових мереж, пов'язаних між собою з використанням різноманітних дротових, оптичних і бездротових технологій. Інтернет становить фізичну основу для розміщення величезної кількості інформаційних ресурсів і послуг, таких як взаємопов'язані гіпертекстові документи Всесвітньої павутини (World Wide Web – www) та електронна пошта.

Всесвітня павутина (англ. World Wide Web, скорочено: www; також: веб або тенета – найбільше багатомовне сховище інформації в електронному вигляді: мільйони пов'язаних між собою документів, що розташовані на комп'ютерах розміщених на всій земній кулі.

Електронна обчислювальна машина (ЕОМ) – загальна назва для обчислювальних машин, що є електронними (починаючи з перших лампових машин, включаючи напівпровідникові тощо) на відміну від електромеханічних (на електричних реле тощо) та механічних обчислювальних машин. У часи широкого розповсюдження аналогових обчислювальних машин, що теж були в своїй переважній більшості електронними, для уникнення непорозумінь використовувалася назва «цифрова електронна обчислювальна машина» (ЦЕОМ) або «лічильна» (рос. *счётная*) машина (зادля підкреслення того, що

цифрова електронна машина саме реалізує безпосередньо обчислення результату, в той час, як аналогова машина, фактично, реалізує процес фізичного моделювання з отриманням результату вимірюванням).

Унікальний винахід ХХ століття – електронну обчислювальну машину – останнім часом найчастіше називають за англійською манерою – комп'ютер (*computer*), що в перекладі дає те ж саме значення: обчислювач.

Інформаційно-пошукові системи (ІПС) – це різновид автоматизованих інформаційних систем, в яких завершальна обробка даних не передбачається. Ці системи призначені для пошуку текстів (документів, їх частин, фактографічних записів) у сховищах (базах даних) за формальними характеристиками.

Інформаційна система (англ. *Information system*) – сукупність організаційних і технічних засобів для збереження та обробки інформації з метою забезпечення інформаційних потреб користувачів.

Штучний інтелект – один із найперспективніших напрямків комп'ютерних наук, який вивчає методи розв'язання задач, для яких не існує способів вирішення. Системи штучного інтелекту можуть оперувати даними та самонавчатися.

Хортинг – національний вид спорту України заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу. Він сприяє залученню молодого покоління до загальнолюдських цінностей, а також формуванню внутрішньої культури особистості, її високих вольових якостей, навичок здорового способу життя, гармонійному фізичному розвитку дітей.

Слово «*хортинг*» походить від назви відомого та славетного острова Хортиця, де була розташована Запорозька Січ, яка відіграла прогресивну роль в історії українського народу. Хортинг включає в себе оздоровчі, загальнофізичні, технічні й тактичні елементи, а також виховні та філософські аспекти українського національного виду спорту як впливової виховної системи фізичного та морально-етичного напрямку, реального інструменту виховання сильного українця, гідного громадянина-патріота Української держави.

Ідея виникнення хортингу як комплексної системи самовдосконалення особистості, що заснована на фізичному, морально-етичному та духовному вихованні, пов'язана з відродженням давніх народних традицій, які передавалися від роду в рід, від покоління до покоління.

Сучасний український хортинг – це універсальна система та змішане єдиноборство, що втілила в собі найбільш ефективні й дієві прийоми спортивних і прикладних і бойових мистецтв. Виховна і філософська основа хортингу – здоровий спортивний дух людини та славні традиції войовничих пращурів козаків Запорозької Січі.

Хортинг в Україні є важливою складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту, патріотичного та духовного виховання молоді, відродження та розвинення українських бойових традицій, зміцнення здоров'я, розвитку фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом залучення її до участі у спортивних змаганнях, оздоровчих таборах, навчально-тренувальних семінарах та інших заходах фізкультурно-оздоровчого спрямування.

Слово «*хорт*» означає місце для двобою без зброї та відліку часу в живому колі з козаків. Хорт утворювали козаки (представники близько сорока різних національностей: слов'яни, татари, угорці, грузини, азербайджанці, вірмени, турки, євреї, цигани, араби та ін. Закон існував для всіх один – жити по честі, стежити за своїм здоров'ям, дотримуватися військової традиції) на центральному майдані Січі, під час походів, на гуляннях і святах, відпочинку у будь-якому місці під відкритим небом. Місце проведення сутички – козацький хорт (відкрите коло з козаків) позначали на землі, окреслюючи коло палицею, або на траві, вбиваючи невеличкі кілочки чи гілки з дерева у землю.

Мета двобою: підтримувати бойові навички на випадок зіткнення з ворогом; влаштувати турніри між найсильнішими воїнами, козаками різних куренів; визначення керівників куренів і сотень; доведення правоти у словах, вчинках через чесний і відкритий поєдинок двох або, навіть, групи козаків тощо.

Правила поєдинку на Запорозькій Січі забороняли (для будь-яких народностей): кусатися, лізти в штани (це означає – не хапати за пах), виколувати очі, виламувати пальці, замотувати каміння в ганчір'я, яке намотували на руки, бити суперника головою об землю; за перемоги одного козака над іншим калічити або смертельно вражати суперника [1-3; 5].

Мета – розробивши, подати тести для закріплення та/або перевірки знань з предмету «Основи наукових досліджень» на тему «Використання комп'ютерних технологій у наукових дослідженнях».

Тести

- 1. Internet це – :**
 - а) **всесвітня система сполучених комп'ютерних мереж,**
 - б) **всесвітня система пошуку правдивої інформації,**
 - в) **офіційний сайт телеканалу ІНТЕР.**
- 2. Суб'єктами інформаційних відносин є:**
 - а) **держава (загалом або окремі її органи і організації),**
 - б) **громадські або комерційні організації та підприємства,**
 - в) **окремі громадяни (фізичні особи),**
 - г) **всі відповіді вірні.**
- 3. Автоматизована система (АС) – це:**
 - а) **технічно-інформаційна система,**
 - б) **організаційно-технічна система,**
 - в) **організаційно-інформаційна система.**
- 4. Як розшифровується інформаційна служба пошуку необхідних даних «www»:**
 - а) **Worl Wau Web,**
 - б) **Worl Wide Web,**
 - в) **Worl Wap Wip,**
 - г) **Worl Web Wah.**
- 5. Відповідно до проведених досліджень, який відсоток усіх категорій осіб, що є користувачами інформації, користується даними статистики?**
 - а) **понад 32 %,**
 - б) **понад 62 %,**
 - в) **понад 92 %.**
- 6. Інформаційно-пошукові системи (ІСП) орієнтовані на:**
 - а) **обчислення арифметичних функцій,**
 - б) **розв'язування завдань пошуку інформації,**
 - в) **вироблення рішення на основі автоматизації інформаційних процесів у сфері управління.**

Висновок. Майстерність педагога в професійному розвитку студентів-хортингістів щодо використання комп'ютерних технологій у наукових дослідженнях є актуальною темою у навчально-педагогічному процесі, адже, Інтернет не має меж щодо його вивчення, а професіоналізм викладача – систематичний саморозвиток, самовдосконалення, самопізнання і т.д. Нами було розроблено тести для закріплення та/або перевірки знань з предмету «Основи наукових досліджень» на тему «Використання комп'ютерних технологій у наукових дослідженнях».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Діхтяренко З. М. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській

літературі / З. М. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наукових праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.] – К.: Паливода А. В. 2014. – Вип. 1. – С. 53-59.

2. Діхтяренко З. М. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24 (на засадах хортингу) : метод. посіб. / З. М. Діхтяренко, І. С. Данилюк, Н. І. Скляр; за заг. ред. З. М. Діхтяренко. – К.: Паливода А. В., 2015. – 324 с.

3. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К.: Паливода А. В., 2014. – 1064 с.

4. Матеріали з Вікіпедії – вільної енциклопедії.

5. Петрович Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрович, Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 544 с.

6. Хатько А. Використання інтегрованого хмарного сервісу Google Fit для контролю тренувань із хортингу / А. Хатько // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 145–152.

7. Хатько А. Використання хмарних сервісів Google у професійній діяльності фахівців з хортингу / А. Хатько // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 6. – С. 154–161.

8. Хатько А. В. Можливості використання інформаційно-комунікаційних технологій в професійній діяльності фахівців з хортингу / А. В. Хатько // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2015. – Вип. 4. – С. 217–227.

9. Хатько А. В. Можливості використання хмарних обчислень в системі інформаційного забезпечення хортингу / А. В. Хатько // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 173–180.

10. Хатько А. Соціальні мережі як ефективний засіб популяризації хортингу – національного виду спорту України : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.] . – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 2. – С. 183–191.

Руслан Калениченко,

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри основ професійного навчання
Київського національного університету будівництва і архітектури,*

Світлана Шеховцева, Іванна Ващук,

студентки Київського національного університету будівництва і архітектури

МАЙСТЕРНІСТЬ ПЕДАГОГА В ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ СТУДЕНТСЬКОЇ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

Тези висвітлюють особливості майстерності педагога в професійному розвитку студентської та учнівської молоді. Проаналізовано психологічні чинники впливу на особистість, визначено напрямки психологічної роботи з учнями та студентами; відзначено актуальність проблеми виховання молоді.

Ключові слова: виховання, педагог-вихователь, виховна діяльність, професійний розвиток, професійна майстерність, рівні професійної майстерності, навчально-виховний процес.

Необхідність підвищення вимог до рівня професіоналізму фахівця у системі вищої освіти є характерною ознакою сьогодення. Вихідні положення щодо змісту й організації педагогічної освіти ґрунтуються в цілій низці програмних документів, серед яких Закон України «Про вищу освіту», «Концепція педагогічної освіти», «Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті» [1].

Отже, актуальність дослідження майстерності педагога в професійному розвитку студентської та учнівської молоді зумовлена реалізацією завдань, зокрема, підвищення

престижу вищої освіти, як одного із головних факторів розвитку економіки, у вищезгаданих нормативних документах висуває важливу проблему підвищення якості підготовки учнів та студентів та водночас піднімає питання розвитку педагогічної майстерності працюючих учителів та викладачів вищих навчальних закладів.

Сучасна професійна освіта не готує майбутніх фахівців до їх морального самовизначення. Навіть загальновизнаний моральний імператив «людина – міра всіх речей» не перетворюється в такій ситуації в керівництво до дії. Система масової освіти не орієнтує молодь на виховання вмінь удосконалювати себе, бути самими собою, пов'язувати самопізнання із самовизначенням, із загальнокультурними цінностями.

Однак, загальна культура і культура наукового пошуку не засвоюються за допомогою підручників; набагато важливішу роль відіграє особистісне спілкування учня з учителем, студента з викладачем. Тому корінна проблема освіти – особистість педагога-вихователя. У перспективі відновлення культурних традицій у сфері освіти передбачає вироблення відповідних принципів відбору і виховання педагогічних кадрів. Недостатньо просто підвищення заробітної плати – це може призвести лише до підвищення престижності професії вчителя, заснованої на кон'юнктурності. Завдання майбутньої роботи з перегляду організації і методів, принципів навчальних закладів – створити такі умови, щоб вчителями ставали тільки за покликанням, а педагогічну професію зробити найбільш шанованою в суспільстві і найбільш відповідальною (В. П. Зінченко). А. С. Макаренко виявив, що саме розрив соціальних зв'язків завдає підростаючій людині шкоди, а їх відновлення виправляє його розвиток. Суть виховання, за А. С. Макаренко, полягає в зав'язуванні і зміцненні правильних відносин між молоддю і суспільством, створення сприятливого морального клімату [2].

Професія педагога-вихователя відома з часів античності. В історії розвитку освіти відзначено, що такими функціями у навчальних закладах наділялися особливі посадові особи – класні наглядачі, класні дами, пізніше класоводи, класні керівники, куратори та ін. Заможні верстви населення запрошували в сім'ї домашніх вихователів – гувернерів, бонн тощо. У сучасній навчально-виховній системі затверджені спеціальні посади, у межах яких реалізуються виховні функції. У зв'язку з тим, що в педагогічному процесі навчання і виховання тісно взаємопов'язані, функції вихователя реально здійснюють всі педагоги (вихователі у дитячому садку, педагоги, вихователі в загальноосвітніх закладах, майстри виробничого навчання у ПТНЗ, викладачі вищої школи).

Роль вихователя, що обумовлена динамічними особливостями процесу виховання, не буває однаковою у відносинах з вихованцем на різних етапах становлення його особистості. «Нерівноправність» у досвіді і знаннях педагога-вихователя і вихованця нерідко давала підстави для розуміння вихователя як ретранслятора соціального досвіду, вихованець же розцінювався головним чином як особа, що сприймала інформацію вихователя. Цей погляд на багато років закріпив парадигму авторитарної педагогіки (розгляд виховання як одностороннього суб'єктно-об'єктного впливу). У демократичному трактуванні організатор виховного процесу виступає одним із суб'єктів виховної взаємодії (поряд з вихованцем), який спрямовує спільну діяльність учнів, котрі вступають з ним в стосунки співробітництва та співтворчості з метою створення умов для духовного і фізичного розвитку особистості.

Основні складові успіху вихователя – його високий професійний і моральний авторитет, який передбачає знання індивідуальних і вікових особливостей студентської та учнівської молоді, уміння увійти в контакт з ними, повага людської гідності вихованця, здатність творчо вирішувати складні ситуації в житті особистості і колективу. Професіоналізм вихователя передбачає оволодіння такими видами діяльності як-от: проєктувальної (постановка цілей і завдань виховання, планування процесу виховання); прогностичної (передбачення результатів виховної діяльності); гностичної (здатність до пізнання, самоосвіти); діагностичної (аналіз стану вихованості);

організаторської (забезпечення умов виховання); комунікативної (спілкування з вихованцями, іншими учасниками виховного процесу). До професійних якостей вихователя також відносять: здатність до самовизначення в цілях і засобах виховання, володіння методами виховної роботи і постійне підвищення педагогічної майстерності, розвиток педагогічної культури та рефлексії. Необхідність морального, громадянського, професійного самовизначення вихователя впливає із суті процесу виховання, який передбачає розуміння суспільством громадянських цілей та завдань, а також знання і вихованців, і себе, і своїх особливостей.

Отже, велику роль відіграє професійна компетентність як підґрунтя педагогічної майстерності вихователя. У свій час А. С. Макаренко стверджував, що учні вибачать своїм учителям і суворість, і сухість, і навіть прискіпливість, але не пробачать поганого знання справи. Найвище вони цінують у педагога впевнене і чітке знання, вміння, мистецтво, небагатослівність, постійну готовність до роботи, ясну думку, знання виховного процесу, виховні вміння. А. С. Макаренко підкреслював, що на своєму досвіді він переконався: високий рівень майстерності має бути заснований на вмінні та кваліфікації. Педагогічна творча біографія вчителя завжди індивідуальна. Не кожен і не відразу стає майстром. У деяких становлення педагогічної майстерності відбувається впродовж багатьох років. Зустрічаються факти, коли окремі педагоги, на жаль, так і залишаються в розряді посередніх [2].

Педагогічна майстерність, на думку науковців (І. А. Зязюн, Н. В. Кузьміна, В. О. Сластьонін, Н. М. Тарасевич та ін.) – це комплекс властивостей особистості, що забезпечує високий рівень самоорганізації професійної діяльності. До таких важливих властивостей належать: гуманістична спрямованість діяльності викладача, його професійні знання, педагогічні здібності і педагогічна техніка [5]. Педагогічну майстерність можна уявити у вигляді системи, що само організується в структурі особистості, в якій системотворчим чинником виступає гуманістична спрямованість, що дозволяє доцільно, відповідно до вимог суспільства, вибудувати педагогічний процес. Фундаментом розвитку професійної майстерності педагога, що дає йому глибину, ґрунтовність, осмисленість дій, виступає професійне знання. Спрямованість і професійне знання становлять той стрижень високого рівня професіоналізму в діяльності, який і забезпечує цілісність, що само організується [5, с. 644].

Таким чином, педагогічна майстерність педагога-вихователя – досить складне, багаторівневе, системне утворення інтеграційного характеру. Реалізація моделі педагогічної майстерності у сфері виховного процесу потребує не тільки виділення й осмислення визначених науковцями модулів (морально-духовні цінності, професійні знання, соціально-педагогічні якості, педагогічні вміння, педагогічну техніку), але й подальшої розробки технології особистісного та професійного зростання педагога як вихователя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Державна національна програма «Освіта» («Україна ХХІ століття») / Освіта. – 1993. – № 44-46; Закон України «Про вищу освіту» / Освіта України. - 2002. – № 17; Концепція педагогічної освіти від 23 грудня 1998 р. – К., 1998. – 20 с.
2. Макаренко, А. С. Методика виховної роботи [Текст] / А.С. Макаренко. – К.: Радянська школа, 1990. – 366 с.
3. Педагогічна майстерність викладача: навчальний посібник /Л. Г. Кайдалова, Н. Б. Щокіна, Т. Ю. Вахрушева. – Харків: Видавництво НФаУ, 2009. – 140 с.
4. Педагогічна майстерність: Підручник / І. А. Зязюн, Л. В. Крамущенко, І. Ф. Кривонос та ін.; За ред. І. А. Зязюна. – 2-ге вид. допов. і переробл. – К.: Вища шк., 2004. – 422 с.
5. Енциклопедія освіти / АПН України ; головний ред. В. Г. Кремень. – К. : Юрінком Інтер, 2008. – 1040 с.

6. Основи професійної освіти: Підручник / М. В. Руденко, Р. А. Калениченко, Г. В. Капосльоз, Г. Л. Корчова. – К.: КНУБА, 2018. – 613 с.

7. Психолого-педагогічне забезпечення навчально-виховного процесу: Навч. посібник / В. М. Смірнов; М. В. Руденко, Р. А. Калениченко, В. О. Гаврилук. – К.: КНУБА, 2014. – 432 с.

Любов Корінчак,

кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних основ фізичної культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З УЧНІВСЬКОЮ ТА СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ

У даній статті розглядається питання про основні підходи до проведення тренувальних занять з учнівською та студентською молоддю. Використання у тренуваннях як динамічних, так і статичних вправ підвищує емоційність при фізичних навантаженнях субмаксимальної та максимальної потужності. В роботі також надається обґрунтування методики проведення та застосування статичних та динамічних навантажень.

Ключові слова: школярі, студенти, фізичні навантаження, тренувальні заняття, рухова активність, спортивні ігри.

Всім нам давно відомо, що фізичні вправи найсуттєвіше впливають на фізичний, психічний та духовний розвиток особистості. Особливо це відчувається під час проведення тренувальних занять з учнівською та студентською молоддю. Для школярів не завжди є значущим те, що фізична культура дуже потрібна для їх повноцінного розвитку і доброго здоров'я, і не завжди розуміє це сучасна молодь, а тому для збільшення її зацікавленості у заняттях з фізичної культури, фізичного виховання, спорту та підвищенні рухової активності необхідно використовувати всі можливі засоби для цього.

Заняття дуже важливо проводити у вигляді різноманітних ігор, які збільшують емоційність, тому що монотонність є найлютішим ворогом процесу тренувань, особливо при значних фізичних навантаженнях. Відомий біолог, анатом, лікар, педагог, творець наукової системи фізичного виховання П. Ф. Лесгафт критикував монотонність і механічність занять в спорті, оскільки вони дають тільки зовнішній ефект, а не розвивають у молоді самостійності, активності, ініціативи, творчого відношення до занять. П. Ф. Лесгафт розглядав фізичні вправи як засіб не тільки фізичного, але й інтелектуального, морального і етичного розвитку людини. При цьому він постійно підкреслював важливість раціонального поєднання, взаємовпливу розумового і фізичного виховання. «Необхідно, писав автор, – щоб розумове і фізичне виховання йшли паралельно, інакше ми порушимо правильний хід розвитку в тих органах, які залишаться без вправ» [7; 9].

Говорячи про єдність духовного і фізичного розвитку особистості, П. Ф. Лесгафт вважав, що гармонійний розвиток можливий лише при дотримуванні поступовості і послідовності напруження з урахуванням вікових, статевих і індивідуальних особливостей кожного школяра.

Так же, як і І. М. Сеченов, він вважав, що рух і фізичні вправи являються засобами розвитку пізнавальних можливостей школярів, і тому, на його думку школа не могла існувати без фізичного виховання: фізичні вправи повинні бути неодмінно щоденними, в повному співвідношенні з розумовими заняттями. Навчально-виховний процес фізичного виховання П. Ф. Лесгафт визначав як об'єкт соціально-наукового дослідження і як частину створеної ним теорії фізичного виховання. Він вважав важливою метою фізичного виховання вміння свідомо управляти своїми рухами, «привчатися найменшою

працею у можливо менший проміжок часу свідомо призводити найбільшу роботу чи діяти витончено і енергійно. Він у своїх наукових працях створив нову галузь анатомії – функціональну анатомію [4; 7].

Український радянський педагог, письменник, поет В. О. Сухомлинський наголошував, що у процесі виховання формується нова людина, яка зможе досягти досконалості: стати справжнім майстром, творцем, поетом, великим суспільним діячем.

Багато вчених спрямовують зусилля на вирішення певних проблем, пов'язаних з поліпшенням здоров'я та його профілактикою, а також шукають нові шляхи боротьби з негараздами від гіпокінезії (зниження рухової активності), яка може бути пов'язана з фізіологічної незрілістю організму, особливими умовами роботи в обмежуваному просторі, з деякими захворюваннями та іншими причинами, та гіподинамії – зниження м'язових зусиль, коли рухи здійснюються, але при вкрай малих навантаженнях на м'язовий апарат. В обох випадках скелетні м'язи навантажені зовсім недостатньо. Виникає величезний дефіцит біологічної потреби в руках, що різко знижує функціональний стан і працездатність організму [1; 2; 5].

На думку сучасних дослідників [6; 7], недостатня рухова активність викликає атрофію та дегенерацію м'язових волокон і зниження імунітету, а м'язова активність покращує працездатність організму і розвиває його фізичні можливості [3].

Але уважно вивчивши питання щодо потужності, тривалості та виду фізичних навантажень, які потрібно використовувати з метою досягнення найбільшої працездатності та успішної протидії негараздам, без згубної чи негативної дії їх на стан здоров'я людини, ми вичерпної відповіді не знайшли. Саме тому був проведений відповідний експеримент у освітянських закладах.

Актуальність. Проведення навчального і тренувального процесів як серед школярів, так і спортсменів – студентів у сучасних умовах є досить гострою проблемою. Постійне зростання потужності фізичних навантажень для отримання кращих спортивних результатів не завжди співпадає з покращенням стану здоров'я молодшої людини. Саме тому увага науковців спрямовується на удосконалення як самої теорії тренувань молодих спортсменів, так і пошуків нових підходів до проведення тренувальних занять.

Мета роботи полягає у дослідженні впливів нових спортивних ігор, статичних і динамічних вправ на зміни спортивних результатів при проведенні тренувань, і на основі цих досліджень виробити певні рекомендації вчителям загальноосвітніх шкіл та тренерам.

Об'єкт і методи дослідження. Об'єктом дослідження є нові підходи до спортивних тренувань в освітянських закладах, а суб'єктом дослідження були школярі загальноосвітньої школи № 10 м. Умань та молоді спортсмени – студенти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. В експериментальному дослідженні прийняло участь 30 школярів та 24 студенти. Для визначення працездатності і її змін використовувалися загальноприйняті методики: тест Руф'є, PWC-170 (біговий тест за Карпманом) та розтягування гумового бинта складеного у 4 шари за 1 хв. і загальна кількість рухів на тренуванні. Для спортсменів студентів використовували тест на кількість піднімання штанги вагою 20 кг за 1 хвилину. Потужність та тривалість тренувань змінювали поступово, і вони мали хвилеподібний вигляд. Навантаження на тренуваннях надавалися індивідуальні, залежно від підгрупи, яка попередньо була визначена для кожного спортсмена. Розподіл на підгрупи проводився за методикою розробленою Г. Г. Цибізом. Студенти тренувались 2 рази на тиждень за розкладом і 1 раз додатково, тривалість занять – 90 хв., а школярі – 2 рази на тиждень протягом 60 хв.

Результати дослідження та їх обговорення. Створена нами система дозованих статично-динамічних фізичних навантажень дозволила індивідуально надавати фізичні навантаження [1]. Так при проведенні занять ми використовували такі фізичні

навантаження при яких відбувається їх цілеспрямований вплив на всіх рівнях: клітинному, локальному та глобальному. Нами були використані також отримані попередньо результати стосовно умов змін м'язів при фізичних навантаженнях, коли морфо-функціональна система веде вибірково мобілізацію відновлених елементів [10]. Для проведення дослідження ми розподілили спортсменів на 5 підгруп, за якими і проводили тренування. До 1 (сильнішої) підгрупи можна віднести осіб, які дуже добре фізично розвинені, мають спортивний розряд тощо; до 2 підгрупи відносяться добре фізично розвинені особи, які можуть виконати більш ніж половину Державних тестів; до 3 підгрупи можна віднести осіб, які не мають вад у здоров'ї, але не спроможні виконати половину Державних тестів; до 4 підгрупи відносяться умовно здорові особи, які не можуть виконати Державні тести; до 5 підгрупи відносяться особи, які входять до спеціальних медичних груп, так як мають вади у стані здоров'я (заняття з такими особами проводяться за окремим розкладом).

Такий підхід до проведення занять з фізичної культури у дитячих садках, школах, та у вищих навчальних закладах дозволяє надавати відносно оптимальне фізіологічне та фізичне навантаження, а фора додає наснаги при виконанні завдань і виключає фізичне навантаження.

Висновки. При визначенні ЧСС під час проведення занять з розподілом на запропоновані підгрупи, ми помітили, що навантаження для дітей 1 підгрупи недостатнє, у 2 підгрупи воно також не виходить за межу 170 ск/хв., як і у 3 підгрупі, де ЧСС ледь не перебільшує 153 ск/хв., а для дітей 4 підгрупи такі фізичні навантаження є більшими за фізіологічну норму, так як наприкінці заняття ЧСС була майже 200 ск/хв. Як виявилось, що такі фізичні навантаження, які не відповідають фізіологічним нормам цієї вікової групи, можуть викликати у дитини негаразди у стані здоров'я.

Що стосується визначення ЧСС у дітей 5 підгрупи, то їх зміни ЧСС були незначні саме через те, що вони практично не отримували фізичних навантажень, а тому і оздоровчий ефект майже відсутній (із літературних джерел відомо, що фізичні навантаження повинні мати тренувальний ефект, який можливий при досягненні збільшення ЧСС до 170 ск/хв., принаймні хоча б 1 раз за заняття). Нагадаємо, що йдеться про проведення нами контрольного заняття, коли всі отримували завдання однакової тривалості та потужності протягом 60 хв.

Час відведений на спортивні ігри, повинен залежати в першу чергу від статі, віку, індивідуальних особливостей особи, тренувального періоду, спортивної підготовки і кваліфікації. Спортивні ігри допомагають підтримувати добрі стосунки з учнями чи студентами. При цьому необхідно пам'ятати, що пунктуальність, стриманість, вимогливість, ввічливість та справедливість тренера чи вчителя дуже важливі у досягненні високих спортивних результатів, а атмосфера, що виникає при проведенні тренувань чи спортивних ігор допомагає формувати дружній колектив. Такий підхід до проведення тренувань також сприяє підвищенню майстерності і зміцненню здоров'я, а правильна організація рухової діяльності є запорукою гармонійного всебічного розвитку та міцного здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антіпов Ю. С. Навчаюча програма як засіб підвищення швидкісних якостей студентів, які готуються до державних тестів / Ю. С. Антіпов, Г. В. Лісчишин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: IV Міжнар. наук.-практ. конф., зб. наук. пр. – Вінниця: ДОВ Вінниця, 2001. – С. 3-6.

2. Боднар І. Р. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи: навч.-метод. посіб. / І. Р. Боднар. – Львів, Українські технології, 2005. – 48 с.

3. Заліско О. К. Аспекти забезпечення ефективного фізичного виховання студентів ВНЗ / О. К. Заліско, В. І. Оліярник // Актуальні проблеми фізичного виховання різних

верств населення : матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 20 травня 2016 р.) [Електронний ресурс]. – Харків: ХДАФК, 2016. – С. 70-74.

4. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.

5. Лесгафт П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста // П. Ф. Лесгафт Избранные труды / Сост. И. Н. Решетень. – М.: ФиС, 1987.

6. Мазур В. А. Вплив рухової активності на організм людини / В. А. Мазур, О. П. Скавронський // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / Кам'янець-Поділь. нац. ун-т ім. Івана Огієнка. – Кам'янець-Поділ.: Аксіома, 2016. – С. 453-462.

7. Павлова Ю. Рухова активність як компонент якості життя студентів / Ю. Павлова, В. Тулайдан // Педагогіка, психологія та медикобіологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – №1. – С. 102-106.

8. Симонкина Ю. С. Петр Францевич Лесгафт – основоположник физического образования / Ю. С. Симонкина, В. М. Иохвидов // Актуальные задачи педагогики: материалы Междунар. науч. конф. (г. Чита, декабрь 2011 г.). – Чита: Издательство Молодой ученый, 2011. – С. 55-57. – URL).

9. Тулайдан В. Г. Вплив фізичної активності на якість життя студентів вищих навчальних закладів 3-4 рівнів акредитації: автореф. дис. на здобуття ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту: спец. 24.00.02.-фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / В. Г. Тулайдан. – Львів, 2013. – 22 с.

10. Черевко С. Розвиток фізичної культури та спорту у вищих навчальних закладах країн Європи / С. Черевко, С. Посьмашний // Форум прихильників фізичної культури, студентського спорту та здорового способу життя: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. – Вид-во «Нова Ідеологія», Дніпро, 2016. – С. 193-195.

Ігор Малинський,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор,
директор ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації
Університету ДФС України,
Максим Дорошенко,
студент ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки
та реабілітації УДФСУ

МЕТОДОЛОГІЯ І МЕТОДИ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. ТЕСТИ

У роботі подано тести з предмету «Основи наукових досліджень» на тему «Методологія і методи наукових досліджень». Тести були скомпоновані у вигляді запитання та декількох відповідей, одна з яких є правильною. Вони розраховані на студентів, що мають закріпити та/або перевірити знання з навчальної теми «Методологія і методи наукових досліджень».

Ключові слова: методи, методологія, наукові дослідження, наука, педагогічне спостереження, випробовування, експеримент, оцінювання, хронометрування, тести, обробка результатів, аналіз.

Наукове дослідження – це цілеспрямоване пізнання, результати якого виступають у вигляді системи понять, законів і теорій. Характеризуючи наукове дослідження, зазвичай вказують на наступні його відмітні ознаки: це обов'язково цілеспрямований процес, досягнення усвідомлено поставленої мети, чітко сформульованих завдань; це процес, спрямований на пошук нового, на творчість, на відкриття невідомого, на висунення оригінальних ідей, на нове освітлення розглянутих питань; воно характеризується систематичністю: тут упорядковані, приведені у систему і сам процес дослідження, і його результати; йому властива строга доказовість, послідовне обґрунтування зроблених узагальнень і висновків.

Метод – в самому широкому сенсі слова – «шлях до чого-небудь», спосіб діяльності суб'єкта в будь-якій її формі.

Поняття «*методологія*» має два основних значення: система визначених способів і прийомів, застосовуваних у тій або іншій сфері діяльності (в науці, політиці, мистецтві і т. п.); вчення про цю систему, загальна теорія методу, теорія в дії [1].

У наукових дослідженнях [2-10] сучасників апробовані та розписані різноманітні експериментальні методики, що допомагають краще сприйняти теоретичний матеріал і розробити авторські тести.

Мета – подати тести для закріплення та/або перевірки знань у студентів з навчальної теми «Методологія і методи наукових досліджень».

ТЕСТИ

1. *Визначте правильну послідовність руху науки:*

- а) збирання всіх фактів, вивчення всіх фактів, розкриття зв'язків і відносин між усіма фактами, встановлення закономірностей, створення теорій, що пояснюють нові факти;
- б) вивчення фактів, збирання фактів, встановлення закономірностей, розкриття зв'язків і відносин між фактами, створення теорій, що пояснюють нові факти;
- в) вивчення фактів, збирання фактів, розкриття зв'язків і відносин між фактами, встановлення закономірностей, створення теорій, що пояснюють нові факти;
- г) збирання фактів, вивчення фактів, встановлення закономірностей, розкриття зв'язків і відносин між фактами, створення теорій, що пояснюють нові факти.

2. *Перерахуйте функції, які виконує наука в суспільстві?*

- а) гуманізація виховання і формування нової людини, розвиток культури;
- б) задоволення потреб людей у пізнанні законів природи і суспільства в цілому;
- в) формування різноманітних галузей наукових теорій;
- г) розширення та удосконалення виробництва й суспільних відносин.

3. *Поняття «предмет науки» – це:*

- а) форми мислення людей;
- б) матеріальні об'єкти природи;
- в) пов'язані між собою форми руху всього;
- г) особливості відображення форм руху матерії у свідомості людей.

4. *Поняття «наукознавство» – це галузь знань, що:*

- а) розглядає науку у поєднанні з усіма її аспектами;
- б) теоретично та практично є знаннями про знання;
- в) розкриває науку як органічно цілісну і динамічну систему;
- г) всі відповіді правильні.

5. *Поняття «наукове дослідження» - це:*

- 1) результати пізнання, які висвітлено у вигляді понять, теорій та законів;
- 2) процес цілеспрямованої довготривалої діяльності;
- 3) завершене та апробоване наукове дослідження;
- 4) всі відповіді правильні.

6. *Виберіть розділи, що містить наукознавство:*

- а) наукові факти, логічні закони та ін.;
- б) соціологія науки, логіка, методи та методологія науки, наукове прогнозування та ін.;
- в) поняття, теорії, концепції, закони та ін.;
- г) теоретичні та практичні розділи;
- д) всі відповіді правильні.

7. *Перерахуйте форми мислення, що забезпечують пізнання сутності явищ, процесів, узагальнюють їх ознаки:*

- а) поняття;

- б) факт;
 - в) ідея;
 - г) гіпотеза;
 - д) суб'єкт – об'єкт.
- 8. Виберіть основні функції науки:**
- а) творча;
 - б) пізнавальна;
 - в) педагогічна;
 - г) гносеологічна;
 - д) розвивальна.
- 9. Виберіть один із можливих варіантів типології науковців-дослідників, що містить наступні образи:**
- а) той, хто хоче визнання та прагне до успіху;
 - б) той, хто постійно розмірковує та досліджує;
 - в) той, хто відданий науковій ниві;
 - г) всі відповіді правильні.
- 10. Поняття – це логічна форма пізнання, що дає змогу:**
- а) визначити та відокремити предмет, виокресливши його серед інших предметів;
 - б) теоретично та практично проаналізувати сутність предмета та /або явища;
 - в) визначити та описати характеристику предмета;
 - г) всі зазначені вище.
- 11. Поняття «класифікація» – це логічна операція, за допомогою якої:**
- а) реалізується перехід від загального поняття до понять з більш конкретними властивостями та змістом;
 - б) відбувається розділення поняття на види та /або групи за певною рисою;
 - в) здійснюється дедуктивний аналіз і будується система взаємозв'язків між усіма поняттями;
 - г) всі відповіді правильні.
- 12. Основними формами наукової діяльності є:**
- а) експериментальні наукові дослідження;
 - б) фундаментальні наукові дослідження;
 - в) прикладні наукові дослідження;
 - г) наукознавство;
 - д) всі відповіді правильні.
- 13. За наступними етапами відбувається розвиток гіпотези:**
- а) накопичення фактів, осмислення фактичного матеріалу, формування гіпотези, перевірка її на практиці та уточнення фактів;
 - б) накопичення фактів і якісне узагальнення та їх уточнення;
 - в) накопичення фактів, формулювання гіпотези та її перевірка;
 - г) всі відповіді правильні.
- 14. Виберіть рівні новизни:**
- а) конкретизація, доповнення та перетворення;
 - б) рукописна, друкована та електронна;
 - в) постановочна, дослідницька та заключна;
 - г) всі відповіді правильні.
- 15. Розрізняють такі принципи методології:**
- а) фундаментальні, загальнонаукові;
 - б) короткострокові та довгострокові;
 - в) середні, подовжені, зважені та основні;
 - г) всі відповіді правильні.

Висновки.

1. Методологія не може бути зведена до якогось одного, навіть дуже важливого методу. Методологія не є також проста сума окремих методів, їх механічна єдність. Методологія – складна, динамічна, цілісна, субординована система способів, прийомів, принципів різних рівнів, сфери дії, спрямованості, евристичних можливостей, змістів, структур [1].
2. Подані тести сприятимуть для закріплення та/або перевірки знань у студентів з навчальної теми «Методологія і методи наукових досліджень».
3. Список використаних джерел [1-10] сприяє узагальненню знань у студентів із навчальної дисципліни «Основи наукових досліджень» і вмінню написати наукову роботу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бірта Г. О. Методологія і організація наукових досліджень / Г. О. Бірта, Ю. Г. Бургу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://pidruchniki.com/1584072060986/dokumentoznavstvo/metodologiya_i_organizatsiya_naukovih_doslidzen.
2. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрмоєнко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104–112.
3. Бойко В. Ф. Структура і діагностика спеціальної витривалості кваліфікованих борців (на матеріалі вільної боротьби) : дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Київський державний інститут фізичної культури. – К., 1983. – 170 с.
4. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Діхтяренко Зоя Михайлівна. – К., 2008. – 275 с.
5. Діхтяренко З. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип. 1 / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/8728/>.
6. Єрмоєнко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Єрмоєнко Едуард Анатолійович. – К., 2015. – 222 с.
7. Єрмоєнко Е. Вплив здоров'я на нетрадиційні біомеханічні показники серця спортсменів за результатами даних ехокардіографії / Едуард Єрмоєнко, Віктор Чибісов, Юрій Рейдерман, Дарина Загороднюк, Зоя Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 102–111.
8. Малинський І. Й. Індивідуальні особливості функціональної підготовленості кваліфікованих борців вільного стилю (включаючи вікові відмінності) : автореф. дис... канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.01 / Малинський Ігор Йосипович ; Державний НДІ фізичної культури і спорту. – К., 2002. – 18 с.
9. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.
10. Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014-2018. – Вип. 1-9.

Ігор Малинський,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор,
директор ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації
Університету ДФС України,
Мирослава Караман,
студентка ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки
та реабілітації УДФСУ

МЕТОДИКА ТЕСТУВАННЯ ЯК МЕТОД ДОСЛІДЖЕННЯ

У публікації подано тести з предмету «Основи наукових досліджень» на тему «Методика тестування як метод дослідження». Тести були скомпоновані у вигляді запитання та декількох відповідей, одна з яких є правильною. Вони розраховані на студентів, що мають закріпити та/або перевірити знання з навчальної теми «Методика тестування як метод дослідження».

Ключові слова: тест, методи, наукові дослідження, психологічна оцінка, об'єктивні та вимірні дані, результати, оцінювання, розробки, надійність результатів, випробування, кваліфікований лікар, оцінка, «сліпі» (автоматичні) помилки, індивідуальний підхід.

Тест – термін, який має кілька значень. Тест – (від слова англ. test – «випробування», «перевірка») або випробування – спосіб вивчення глибинних процесів діяльності системи, за допомогою приміщення системи в різні ситуації та відстеження доступних спостереженню змін в ній.

Тест в інформатиці – сукупність вхідних даних для програми, а також точний опис всіх результатів, які повинна виробити програма на цих даних.

Тест у соціології, психології, педагогіці – емпірико-аналітичний метод, який відповідає критеріям наукового пізнання, що представляє разом з моделюванням, багатовимірними (нелінійними і динамічними) кількісними і якісними методами сучасну проектну і організаційну наукову методологію.

У навчанні – система формалізованих завдань, призначених для встановлення освітнього (кваліфікаційного) рівня особи. Педагогічне тестування – форма оцінювання знань учнів, студентів (абітурієнтів), оснований на застосуванні педагогічних тестів [3].

Тестування застосовується для визначення відповідності предмета випробування заданим специфікаціям. До завдань тестування не належить визначення причин невідповідності заданим вимогам (специфікаціям). Тестування – один із розділів діагностики.

Тестування застосовується в техніці, медицині, психіатрії, освіті для визначення придатності об'єкта тестування для виконання тих чи інших функцій. Якість тестування і достовірність його результатів значною мірою залежить від методів тестування та складу тестів.

Процес тестування включає:

- подачу тестового набору;
- визначення реакції об'єкта тестування на тестовий набір;
- оцінку реакції і висновки.

Тестовий набір складається з окремих тестів і розробляється таким чином, щоб забезпечити повне або значне покриття множини ймовірних впливів на об'єкт тестування. Цим, також, визначається складність розробки як окремих тестів, так і тестових наборів.

У технічній діагностиці застосовуються формалізовані методи розробки мінімальних, необхідних і достатніх тестів перевірки працездатності (відповідності специфікаціям). Наприклад, в електронній промисловості, формалізовані методи розробки тестів цифрових пристроїв можуть базуватись на моделях статичних несправностей (розрив, коротке замикання, тощо) та статистичних даних про несправності в аналогічних пристроях.

У педагогічній діагностиці отримали поширення методи тестування, що не погіршують якості отриманих об'єктом тестування (учнем) знань. Ця специфіка пов'язана з тим, що процес тестування є частиною навчального процесу і під час тестування учень не повинен отримувати або закріплювати хибних знань. Ця проблема є досить гострою в автоматизованих системах перевірки знань [4].

У філософських словниках «метод» визначається як спосіб досягнення певної мети, сукупність прийомів або операцій практичного або теоретичного освоєння дійсності. Метод є шлях пізнання, що дослідник прокладає до свого предмета, керуючись певною гіпотезою

Метод – це система принципів, вимог, правил, керуючись якими дослідник може досягти поставленої мети.

Володіння методом означає для людини знання того, яким чином, в якій послідовності здійснювати ті чи інші дії для вирішення тих чи інших завдань.

Метод пізнання, або метод дослідження - це деяка специфічна процедура, що складається з певних дій або операцій, за допомогою яких здобувається й обґрунтовується нове знання в науці.

Методи дослідження класифікуються за різними ознаками: за рівнем пізнання - емпіричні й теоретичні; за функціями, які вони здійснюють у пізнанні - методи систематизації, пояснення й прогнозування; від конкретної області дослідження - фізичні, біологічні, соціальні, технічні й т.п.

З ширшого погляду методи дослідження поділяють на загальнонаукові (тобто вони можуть бути методами й емпіричного, і теоретичного дослідження) і спеціальні, що застосовуються в конкретній галузі науки. У будь-якому дослідженні звичайно ж суміщаються і загальнонаукові, і спеціальні методи дослідження.

Загальнонаукові методи дослідження поділяють на три великі групи: методи емпіричного дослідження (спостереження, порівняння, вимір, експеримент, моніторинг); методи теоретичного дослідження (сходження від абстрактного до конкретного, ідеалізація, уявний експеримент, формалізація, аксіоматичний метод або дедуктивно-аксіоматичний); загальні методи, використовувані як на емпіричному, так і на теоретичному рівні дослідження (абстрагування й конкретизація, аналіз, синтез, індукція, дедукція, абдукція, моделювання, аналогія, історичний і логічний методи, метод графів).

Аналіз, синтез, моделювання й ін. методи раніше вважалися методами тільки теоретичного дослідження. Але в останні роки ці методи обслуговують й емпіричні, і теоретичні дослідження, але з різним ступенем глибини.

Крім вищезгаданих загальнонаукових методів дослідження в методології деяких наук виділяються й спеціальні методи. До них належать: морфологічний аналіз, синектика, метод Монте-Карло, метод найменших квадратів, тестування, моніторинг і т.д. [8].

Дослідження досліді – (*широко розуміючи*) пошук нових знань або систематичне розслідування з метою встановлення фактів; (*вужко розуміючи*) науковий метод (процес) вивчення чого-небудь. *Наукове дослідження* – процес дослідження певного об'єкта за допомогою наукових методів, що має на меті встановлення закономірностей його виникнення, розвитку і перетворення в інтересах раціонального використання у практичній діяльності людей [2].

Мета – викласти тести для закріплення та/або перевірки знань у студентів з навчальної теми «Методика тестування як метод дослідження».

ТЕСТИ

1. Тест – це:

а) спеціалізовані методи психологічного діагностичного дослідження, застосовуючи які можна отримати точну кількісну чи якісну характеристику досліджуваного явища;

б) послідовності розташування складових частин тексту;
в) скінченна послідовність однорідних об'єктів, що називаються елементами списку, яка містить хоча б один такий об'єкт.

2. Від інших методів дослідження тести відрізняються тим, що:

а) являє собою конкретний прийом пізнання та дослідження навколишнього світу;

б) *припускають стандартизовану, вивірену процедуру збору й обробки даних, а також їх інтерпретації, за їх допомогою можна вивчати і порівнювати між собою людей, давати оцінки їх психології і поведінці;*

в) своїми цілями та дослідницьким можливостям спрямоване на вивчення явищ і виявлення взаємозалежностей між цими явищами в процесі наукових експериментів, використання інших методів емпіричного пізнання.

3. В основі методу об'єктивної психологічної оцінки лежить тест, який може представляти собою:

а) стимул певної відданості;

б) *завдання різного рівня складності, якщо це педагогічна психологія;*

в) усе, що пов'язане з дослідженням уваги, пам'яті, кмітливості і т.д. в загальній та віковій психології.

4. Для того, щоб тести могли дати об'єктивні та вимірні дані, вони попередньо перевіряються:

а) на тваринах;

б) на піддослідних;

в) *на великому числі випробовуваних.*

5. Результати тестових вимірів оцінюються:

а) *в умовних балах;*

б) в відсотках;

в) в конкретних оцінках.

6. Починалося тестування з розробок:

а) Ісаака Ньютона;

б) Енріко Фермі;

в) *Френсіса Гальтона.*

7. Існує ряд джерел-похибок, які знижують точність тестів і надійність результатів. До них відноситься:

а) правильна поведінка експериментатора;

б) *недостатня увага до стану випробовуваних у момент випробування;*

в) сприятливі умови тестування.

8. Використання, проведення та інтерпретація психологічних тестів обов'язково повинні йти під контролем:

а) *кваліфікованого психолога;*

б) кваліфікованого психіатра;

в) лікаря невролога.

9. До переваг методів тестування відносять:

а) проведення підсумку умов і результатів;

б) неефективність та малоекономічність;

в) *кількісний диференційований характер оцінки.*

10. Недоліками тестування є:

а) безпека профанації;

б) *небезпека «сліпих» (автоматичних) помилок;*

в) надбання індивідуального підходу.

Отже, можна зробити **висновок**, що подані тести (скomboновані у вигляді запитання та декількох відповідей, одна з яких є правильною) з предмету «Основи наукових

досліджень» з теми «Методика тестування як метод дослідження» в публікації сприятимуть закріпленню та/або перевірці знань з даної навчальної теми. У наукових дослідженнях [1; 5-7] сучасників розписані різноманітні методики тестування кваліфікованих борців і молодших школярів, що сприяє узагальненню знань у студентів про експериментальний експеримент.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко В. Ф. Структура і діагностика спеціальної витривалості кваліфікованих борців (на матеріалі вільної боротьби) : дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Київський державний інститут фізичної культури. – К., 1983. – 170 с.
2. Вікіпедія. Дослідження [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Дослідження>.
3. Вікіпедія. Тест [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82>.
4. Вікіпедія. Тестування [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F>.
5. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Діхтяренко Зоя Михайлівна. – К., 2008. – 275 с.
6. Єрмоменко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Єрмоменко Едуард Анатолійович. – К., 2015. – 222 с.
7. Малинський І. Й. Індивідуальні особливості функціональної підготовленості кваліфікованих борців вільного стилю (включаючи вікові відмінності) : автореф. дис... канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.01 / Малинський Ігор Йосипович ; Державний НДІ фізичної культури і спорту. – К., 2002. – 18 с.
8. Сутність поняття «методи дослідження» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://studies.in.ua/ekzamen-pedagogika/1404-sutnst-ponyattya-metodi-doslzhennya.html>.

Анатолій Савченко,

кандидат педагогічних наук, доцент,

доцент кафедри сучасних європейських мов Університету ДФС України

НАВЧАННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Для досягнення іноземної комунікативної компетенції – комунікативних вмінь, сформованих на основі мовних знань, навичок і вмінь – викладач іноземної мови має використовувати новітні методи навчання, що поєднують комунікативні та пізнавальні цілі. Інноваційні методи навчання іноземних мов, які базуються на гуманістичному підході, спрямовані на розвиток і самовдосконалення особистості, створюють передумови для ефективного поліпшення освітнього процесу.

Ключові слова: іноземна комунікативна компетенція, новітні методи навчання, підхід, комунікативно-мовленнєва функція, фізичне виховання і спорт, особистісно-діяльнісний.

На нинішньому етапі розвитку людської цивілізації – етапі переходу до інформаційного суспільства – роль мови, мовної комунікації надзвичайно зростає. Вивчення іноземних мов стає одним з пріоритетних освітніх і культурницьких завдань для багатьох країн Європи, в тому числі й для України. Очевидним є той факт, що європейська співпраця в галузі вивчення мов і культур сприятиме кращому взаєморозумінню між народами, а в майбутньому побудові нової Європи без кордонів.

Специфіка навчання іноземної мови студентів-першокурсників фізичного виховання і спорту, на відміну від інших предметів, полягає в тому, що викладачеві потрібно сформувати у студента новий стереотип мовленнєвого спілкування додатково до вже існуючого рідномовного.

Отже, основи теоретичних знань сучасної методики навчання іноземних мов складаються з таких компонентів:

- загальні теоретичні відомості про основні методичні поняття (методика як наука пов'язана з іншими науками і в досягненнях методики навчання іноземних мов відбиваються досягнення у галузі лінгвістики, психології, соціології тощо).

- питання організації навчання іншомовної фонетики, лексики, граматики та видів мовленнєвої діяльності (говоріння, аудіювання, читання, письма); питання організації навчання включають в себе розгляд методичних понять, пояснення особливостей мовного матеріалу, етапи навчання, методи навчання по оволодінню навичками мовлення.

- проблема контролю у навчанні іноземних мов; функції контролю і об'єкти контролю та критерії оцінки рівня володіння іншомовною мовленнєвою діяльністю.

Успіх навчання іноземної мови студентів-першокурсників фізичного виховання і спорту у значній мірі залежить від обраного підходу яка є вирішальною у розгляді і визначенні інших підпорядкованих концептуальних положень, іншими словами «підхід» означає стратегію навчання.

У сучасній методичній літературі виділяють такі підходи:

1. Біхевіористський підхід визначає оволодіння іноземною мовою як сформованість респонсивних реакцій на іншомовні стимули.

2. Інтуїтивно – свідомий підхід передбачає оволодіння іноземною мовою в моделях в інтенсивному режимі з наступним свідомленням їх значення.

3. Свідомий пізнавальний підхід спрямовує діяльність студента на засвоєння правил використання лексико-граматичних моделей, на основі яких здійснюється конструювання висловлювань.

4. Комунікативно-діяльнісний підхід передбачає органічне поєднання свідомих та підсвідомих компонентів у процесі навчання іноземної мови, тобто засвоєння правил оперування іншомовними моделями відбувається одночасно з оволодінням їх комунікативно-мовленнєвою функцією. Одним з найважливіших факторів оволодіння іноземною мовою студентами фізичного виховання і спорту є впровадження сучасних технологій при викладанні іноземної мови.

Згідно з дослідженнями у галузі методики викладання, одним із ефективних засобів навчання є особистісно-діяльнісний підхід (ОДП). Метою ОДП є участь студента в цьому процесі, встановленні та вирішенні ним окремих завдань – навчальних, пізнавальних, дослідницьких тощо.

При використанні ОДП в організації навчання відбувається зміщення акценту з домінування окремих форм і методів на визнання їх плюралізму, переваги творчої ініціативи, конструювання «ситуації успіху», «ситуації вибору», самоаналізу, самооцінки, самопізнання, самовираження, самореалізації [1].

Головними аспектами впровадження сучасних технологій є: технологізація всіх видів навчання; упровадження сучасних комп'ютерних і мереживних технологій; зростання та широке застосування нових інформаційно-освітніх технологій [1].

Необхідною умовою використання інформаційних технологій є реформування системи освіти. Головними напрямками цього процесу мають стати: створення предметно-орієнтованих навчально-інформаційних середовищ, які дозволяють використовувати мультимедіа, електронні підручники тощо; освоєння для обміну інформацією засобів масової комунікації; ознайомлення з правилами «навігації» в інформаційному просторі; розвиток дистанційної освіти.

Загальна стратегія навчання іноземних мов студентів визначається потребами сучасного суспільства та рівнем розвитку лінгвістичних, психолого-педагогічних і суміжних наук. Цією стратегією є комунікативний компетентно-орієнтований підхід, який зумовлює практичну мету навчання й вивчення іноземних мов, а саме: оволодіння іншомовним міжкультурним спілкуванням шляхом формування та розвитку міжкультурної компетенції. Одним із принципів цього підходу є принцип інтерактивності, до якого належить проектна технологія.

Оскільки ОДП ставить у центр освітнього процесу здібності, інтереси та можливості студента, ми повинні націлюватися і на те, що має бути притаманним кожній особистості – креативність та естетичний смак. Ці якості слід розвивати, в першу чергу, з виховною метою, але ми вважаємо за доцільне враховувати їх і при вивченні будь-якої дисципліни. Це досягається за рахунок диференціації та індивідуалізації навчання, а також використання навчальних технологій, які базуються на особистісно-орієнтованій діяльності з урахуванням творчого потенціалу особистості – як викладача, так і студента. Орієнтація на творчу направленість ОДП є важливою вже при відборі іншомовного навчального матеріалу, в тому числі граматичного, та при створенні системи вправ для його опрацювання.

Слід зауважити, що певна частина вправ у традиційних підручниках з граматики орієнтована виключно на відпрацювання граматичних структур. Приклади або навчальні ситуації, що пропонуються, зокрема, для перекладу, майже позбавлені реалістичності, не викликають жодних позитивних емоцій і ніяким чином не сприяють розвитку іншомовної компетентності студентів-першокурсників фізичного виховання і спорту. Зрозуміло, що такі вправи не реалізують творчий потенціал студента, ніяк не стимулюючи його зацікавленість у матеріалі та бажання працювати з ним.

Тож, при відборі навчального матеріалу слід звертати увагу на його реалістичність, емоційність та спортивну доцільність. Ці характеристики ОДП дозволять наблизити приклади, що пропонуються, до реального спортивного життя, а відтак будуть сприйматися позитивно та сприятимуть кращому засвоєнню. З іншого боку, самостійно складаючи приклади або ситуації з тим чи іншим граматичним явищем, лексичною одиницею тощо, викладач має підійти до цього як до процесу творчого.

Отже, можна зробити **висновок**, що засоби навчання іноземної мови мають важливе значення для забезпечення повноцінної та ефективної організації діяльності студентів-першокурсників фізичного виховання і спорту з оволодіння іншомовною діяльністю.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Пехота О. М. Підготовка майбутнього вчителя до впровадження педагогічних технологій: Навчальний посібник / О. М. Пехота, В. Д. Будак, А. М. Старева та інші; за ред. І. А. Зязюна, О. М. Пехоти. – К. : Видавництво А.С.К., 2003. – 240 с.
2. Зборівський Г.Є. Освіта: від ХХ до ХХІ століття. – К.: Вид-во Урал. держ. пед. ун-ту, 2000. – 301 с.
3. Педагогические технологии / [под ред. В. С. Кукушкина]. – М. : Март, 2004. – 336 с.
4. Петкова М. І. Формування інноваційного середовища під час навчання іноземним мовам [Текст] / М. І. Петкова // Збірник наукових праць. – Донецьк, 2010.
5. Сумина Г. А. Использование мультимедийных технологий в учебном процессе вуза [Текст] / Г. А. Сумина, Н. Ю. Ушакова // Успехи современного естествознания. – 2007. – № 5. – С. 76–78.
6. Филипенко С. Л. Сучасні та інноваційні підходи викладання англійської мови для студентів [Текст] / С. Л. Филипенко // Збірник наукових праць Донецького нац. ун-т економіки і торгівлі ім. М. Туган-Барановського. – Донецьк, 2009.

ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ І ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ОСВІТИ ТА НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Валерій Будає,

доктор технічних наук, професор, академік НАПН України,

ректор Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського

ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ У СИСТЕМІ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ПОШУКИ ІННОВАЦІЙНИХ ФОРМ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕННЯ

У статті піднімаються питання реалізації в освітньому просторі закладів вищої освіти завдань військово-патріотичного виховання, пошуку нових форм та методів його впровадження. Подається аналіз поняття «інноватика», «інновація». Наводиться приклад впровадження виду спорту Хортинг до навчального процесу. Аналізується тренінг як дієва форма військово-патріотичного виховання.

Ключові слова: патріотичне виховання, національно-патріотичне виховання, військово-патріотичне виховання, студентська молодь, інноватика, інновація, фізична готовність, тренінг.

Основні державні документи з питань національно-патріотичного виховання дітей та молоді чітко визначили місце військово-патріотичного виховання у загальній системі патріотичного виховання. Так, складовою частиною патріотичного виховання, а в часи воєнної загрози – пріоритетною, є військово-патріотичне виховання, зорієнтоване на формування у зростаючої особистості готовності до захисту Вітчизни, розвиток бажання здобувати військові професії, проходити службу у Збройних Силах України як особливому виді державної служби. Його зміст визначається національними інтересами України і покликаний забезпечити активну участь громадян у збереженні її безпеки від зовнішньої загрози [6].

У Концепції національно-патріотичного виховання дітей та молоді наголошується, що робота з військово-патріотичного виховання учнівської молоді має проводитися комплексно, в єдності всіх його складників спільними зусиллями органів державного управління, а також освітніх закладів, сім'ї, громадських організацій та об'єднань, Збройних Сил України, інших силових структур [6]. Військово-патріотичне виховання має сприяти обороноздатності України, яка разом з міжнародною спільнотою братиме участь у миротворчих і гуманістичних операціях, протистоятиме міжнародному тероризму, запобігатиме військовим конфліктам, що загрожують людству, створюватиме стабільність зовнішньополітичного становища у світі.

Наявність серйозних загроз для безпеки України породжує необхідність визначення нових методів і способів військово-патріотичного виховання молоді. Враховуючи це, професорсько-викладацький колектив Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського з 2016 року працює над науковою темою «Військово-патріотичне виховання студентської молоді в умовах освітньо-виховного процесу університету» (у рамках тематичного плану наукових досліджень НАПН України).

Військово-патріотичне виховання здійснюється за такими напрямками: *державний* – базується на забезпеченні державою системи військово-патріотичного виховання; *соціальний* – ґрунтується на вивченні норм моралі, їх дотриманні, орієнтований на усвідомлення пріоритету загальнолюдських цінностей та інтересів, виховання шанобливого ставлення до культури, історії, мови, звичаїв і традицій українського народу; *військовий* – передбачає вивчення військової історії України, переможних битв українського війська, основних зразків техніки й озброєння Збройних Сил України, набуття початкових навичок користування ними, підвищення фізичної загартованості в інтересах підготовки до захисту Вітчизни; *психолого-педагогічний* – ґрунтується на вивченні психологічних особливостей молоді, їх урахуванні у процесі підготовки молоді до військової служби, проведенні методичної роботи з узагальнення та поширення передового досвіду військово-патріотичного виховання, вдосконаленні форм і напрямів

цієї діяльності; *правовий* – передбачає формування глибоких правових знань, прищеплення високої правової культури [7].

Безумовно, при організації військово-патріотичного виховання молоді, усі з перерахованих у Концепції допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді напрямів важливі для його успішної реалізації. У ході наукового дослідження з'ясовано, що системна організація військово-патріотичного виховання молоді має бути спрямована на підготовку її до оволодіння військовими професіями, формування психологічної та фізичної готовності до служби в Збройних Силах, задоволення потреби підростаючого покоління у постійному вдосконаленні своєї підготовки до захисту Вітчизни.

Слід зауважити, що сприяння спортивній і фізичній підготовці, утвердження здорового способу життя молодих громадян є на сьогодні актуальною проблемою у розрізі військово-патріотичного виховання. Адже тільки фізично здорова людина може витримати всі вимоги, що ставляться до сучасного воїна. Фізична загартованість, психологічна готовність до бойових дій – все це допомагають сформувати у студента бойові мистецтва, зокрема такий вид спорту як Хортинг. Враховуючи це, в університеті були включені до навчальних планів окремі теми з цього виду спорту. Систематично проводяться спортивні змагання серед студентів, до переліку видів спорту яких заявлений і Хортинг. Студентам цікаво порівняти можливості кожного з бойових видів мистецтв, щоб обрати для себе такий, що найбільше розкриває внутрішні сили особистості студента.

Розглянемо трансформацію понять «інноватика» та «інновація» в педагогічній науці.

Уперше термін «інноватика» було вжито наприкінці ХХ ст. із метою визначення напряму наукової діяльності теоретичних засад наукової методології і методів прогнозування створення інновацій, а також методів планування, організації інноваційної діяльності та реалізації нововведень [2].

Розглянемо тлумачення поняття «інновація». Цей термін утворено з двох слів – латинського «новація» (новизна, нововведення) й англійського префікса «ін», що означає «у», «введення». Отже, у перекладі з англійської «інновація» означає «введення нового», «відновлення всередині системи» [1, с. 12, 14]

Поняття «інновація» з'явилося уперше в зарубіжних дослідженнях ХІХ ст. у техніці при введенні деяких елементів однієї галузі в іншу. Так, термін «інновація» використовували німецькі та австрійські науковці в 40-і роки ХХ ст. при аналізі соціально-економічних і технологічних процесів. Згодом поняття «інновація» перейшло й до педагогічних досліджень де визначало все нове в системі освіти.

Слід зауважити на різниці понять «новація» та «інновація». Так, на думку В. Паламарчука, інновація є результатом породження, формування і втілення нових ідей, а новація є результатом (продуктом) творчого пошуку особи або колективу, що відкриває принципово нове в науці і практиці. Саме втілення нових ідей є ознакою, за якою відрізняють інновації від власне новацій. Якщо педагог відкриває принципово нове, то він новатор, якщо трансформує наукову ідею в практику – інноватор [4, с. 5]. Будь-яка інновація, як зазначає В. Паламарчук, має: своє «ядро» (смісловий центр «концепт»), що характеризується новою ідеєю; джерело (характеризується дослідницькою діяльністю вченого-педагога або пошуковою практикою вчителя, керівника, колективу школи); *носія*, яким постає творча особистість експериментатора – дослідника.

О. Савченко пропонує поняття «інновація» розглядати як процес створення, поширення й використання нових засобів (нововведень) для розв'язання тих педагогічних проблем, які досі розв'язувались по-іншому [8].

І. Єрмаков визначає інновацією актуальні, значущі й системні новоутворення, які виникають на основі різноманітних ініціатив і нововведень, що стають перспективними для еволюції освіти і позитивно впливають на її розвиток [3].

Сучасні вітчизняні вчені подають поняття інновації (італ. *innovations*) в освіті як результат творчого пошуку оригінальних, нестандартних рішень різноманітних педагогічних проблем [5].

Отже, інноваційна діяльність викладача університету при здійсненні військово-патріотичного виховання передбачає застосування нових оригінальних, творчих, нестандартних форм.

Серед інноваційних форм військово-патріотичного виховання можна виділити тренінгові технології, оскільки вони зорієнтовані на активну участь у тренінговій програмі та відображають змістовну сутність, ставлення до проблеми кожної особистості. Над розробкою тренінгів із питань національно-патріотичного та військово-патріотичного спрямування займаються викладачі університету, які пройшли навчання як учасники тренінгової програми «З Україною в серці», що була організована науковцями Інституту проблем виховання НАПН України. Цікавою для молоді є і інша форма організації національно-патріотичного та військово-патріотичного виховання – квести. У розробці змісту квестів, в першу чергу, беруть участь студенти з органів студентського самоврядування, актив академічних груп та факультетів.

Перспективами подальших досліджень для наукового колективу викладачів, який працює над даною темою, вбачаємо розробку довготривалої військово-спортивної гри на національних традиціях для студентської молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Василенко В.О., Шматько В.Г. Інноваційний менеджмент: навчальний посібник / За ред. О.В.Василенко. – К.: ЦУЛ, Фенікс, 2003. – 440 с.
2. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології: Навч. посіб. / І. М. Дичківська. – К. : Академвидав, 2004. – 352 с.
3. Єрмаков І. Г. Крок за кроком до життєвої компетентності та успіху / І. Г. Єрмаков // Управління освітою – № 18 (90), вересень, 2004. – С. 8.
4. Паламарчук В. Ф. Інноваційні процеси в педагогіці / В. Ф. Паламарчук // Педагогічні інновації в сучасній школі. – К. : Освіта, 1994. – С. 5–9.
5. Педагогічний словник / [за ред. дійсного члена АПН України М. Д. Ярмаченка]. – К. : Педагогічна думка, 2001. – 516 с.
6. Про затвердження Концепції національно-патріотичного виховання дітей і молоді, Заходів щодо реалізації Концепції національно-патріотичного виховання дітей і молоді та Методичних рекомендацій щодо національно-патріотичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах: наказ М-ва освіти і науки України від 16.06.2015 р. № 641 // Інформ. зб. та комент. М-ва освіти і науки України. – 2015. – № 7. – С. 70–95 ; № 8. – С. 87–95.
7. Про Концепцію допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді *Указ Президента України; Концепція* від 25.10.2002 № 948/2002 {*Із змінами, внесеними згідно з Указами Президента N 1227/2003 (1227/2003) від 29.10.2003 N 934/2014 (934/2014) від 16.12.2014*}. [Електронний ресурс]. Назва з екрану. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/948/2002>.
8. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи : підручник для студентів педагогічних факультетів / Я. Савченко. – К. : Абрис, 1997. – 416 с.

Руслан Калениченко,

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри основ професійного навчання
Київського національного університету будівництва і архітектури,*

Олександр Дивнич, Дмитро Бреус,

студенти Київського національного університету будівництва і архітектури

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ НОВІТНІХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У тезах представлено новітні освітні технології, які впроваджують у практику протягом останніх років викладачі професійно-технічних навчальних закладів.

Ключові слова: новітні освітні технології, педагогічні технології, професійно-технічний навчальний заклад, ПТНЗ, інноваційні технології, методичні форми роботи, методи активного навчання, нетрадиційні форми проведення занять

Використання новітніх освітніх технологій в навчальному процесі сприятиме не лише вдосконаленню процесу фахової освіти студентів, але й кращому засвоєнню теоретичного програмового матеріалу. Інформаційна діяльність повинна мати не лише прикладний характер (бути умовою успішної навчальної та наукової роботи), а й мати дидактичне значення – розвивати певні особистісні якості, вимагати специфічних знань, умінь, навичок і компетентностей.

Зміни, що відбуваються нині в Україні потребують нових підходів до викладання загальноосвітніх дисциплін. В умовах ущільнення учбового матеріалу саме використання інноваційних технологій є найефективнішим способом навчання, яке створює умови для диференційованого та індивідуального підходу до кожного учня, дає учню цілісне бачення світу та знаходження його власного місця в ньому. Врешті учень напружує не лише інструментальний розум, але й комунікативний.

Протягом останніх років викладачі професійно-технічних навчальних закладів (ПТНЗ) широко впроваджують у практику новітні освітні технології.

Найбільш популярними у педагогів професійної школи є такі педагогічні технології:

1. Інформаційно-розвивальні, які передбачають виклад педагогом теоретичних відомостей під час проведення лекції або семінарського заняття; організацію самостійної роботи учнів з вивчення нових знань із теоретичних джерел, інструкцій, комп'ютерних засобів навчання.

2. Діяльнісні, спрямовані на підготовку професіонала, здатного кваліфіковано розв'язувати виробничі завдання. Ці технології передбачають проведення аналізу виробничих ситуацій, розв'язання ситуативних виробничих завдань, ділові ігри, моделювання професійної діяльності в навчальному процесі, організацію професійно спрямованої дослідницько-пошукової роботи тощо.

3. Розвивальні, спрямовані на професійний розвиток майбутнього фахівця, здатного творчо працювати, самостійно визначати способи і засоби вирішення проблемних виробничих ситуацій тощо. До цих технологій входять: проблемне навчання, проблемні лекції, семінари, навчальні дискусії, лабораторно-практичні роботи з елементами дослідництва, діяльності, ігри.

4. Особистісно орієнтовані, метою яких є формування активної, творчої особистості майбутнього фахівця, здатного самостійно будувати та коригувати свою навчально-пізнавальну діяльність. До цих технологій входить аудиторна (незначна) і позааудиторна самостійна діяльність учнів, робота за індивідуальним планом, дослідницька робота, метод проектів тощо.

Різноманітність інноваційних технологій робить процес навчання дійсно творчим, збуджує зацікавленість учнів, поліпшує розуміння та засвоєння матеріалу.

Методичні форми роботи дають такі відсотки засвоєння: лекція – 5 %, індивідуальне або групове читання – 10 %, аудіовізуальний метод – 20 %, демонстрування – 30 %, групові дискусії – 50 %, активне навчання (рольові ігри, розігрування ситуацій) – 70 %, навчання інших – 90 %.

Інтерактивне навчання – взаємодія викладача з учнем. Під час інтерактивного навчання учні стають більш комунікабельними, демократичними в спілкуванні, вчать критично мислити, приймають продумані рішення.

Технологія інтерактивного навчання може здійснюватися в таких формах: робота в парах; ротаційні (змінні) трійки, карусель, робота в малих групах, акваріум, незавершена пропозиція, мозковий штурм, броунівський рух, дерево рішень, суд від свого імені, цивільні слухання, рольова (ділова) гра, займи позицію, дискусія, дебати.

Фактори, що стимулюють до застосування інноваційних технологій: методична робота, навчання на курсах підвищення кваліфікації, приклад і вплив колег, приклад і вплив керівників, організація праці в навчальному закладі, увага до цих проблем керівництва, довіра, новизна діяльності, умови праці та можливість експериментування, заняття самоосвітою, інтерес до роботи, зростаюча відповідальність, можливість одержання визнання в колективі.

Використання мультимедійних технологій на уроках: використання аудіовізуальних засобів, створення учнівських комп'ютерних продуктів, використання телетестів.

Інтерактивні методи навчання: двічі по два, синтез думок, робота в парах, пошук скарбів, коло ідей, мікрофон, мозкова атака, аналіз ситуацій, дерево рішень, рольові ігри, дискусія, дуальна система, кейсове навчання, інноваційні методи навчання.

Методи активного навчання

Неімітаційні: проблемна лекція; лекція з елементами проблемного навчання; евристична бесіда; навчальна дискусія; пошукова робота; навчально-практична конференція; самостійна робота з книгою; інформаційні повідомлення і реферати; опорне конспектування; тестовий контроль знань.

Імітаційні: рішення проблемних ситуацій; ігрове проектування; розігрування ролей; активний самоконтроль з розігруванням ролей; індивідуальний тренаж; ділові ігри.

У результаті використання активних методів навчання забезпечується отримання:

1. Трудових навичок.
2. Розвиток інтелектуальних якостей учнів.
3. Формування активної життєвої позиції учнів.

Застосування нетрадиційних форм проведення занять передбачає:

- використання колективних методів роботи учнів;
- прищеплювання інтересу до предмета, обраної професії;
- розвиток умінь і навичок самостійної роботи;
- активізацію діяльності учнів;
- становлення нових відносин між викладачем і учнями;
- оцінку діяльності учнів їхніми друзями, товаришами по навчанню.

Інноваційні методи навчання, спрямовані на розвиток творчої особистості учня і сприяють підвищенню якості молодших фахівців та викладачів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Інноваційні технології навчання – шлях до підвищення якості професійної освіти, зацікавленості учнів у навчанні. Вони дають змогу диференціювати та індивідуалізувати процес навчання. Формують внутрішню мотивацію до активного сприйняття, засвоювання та передачі інформації. Сприяють формуванню комунікативних якостей учнів, активізують розумову діяльність. За інноваційними технологіями навчання майбутнє професійно-технічної освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Завізна Н. Комп'ютеризація освіти в психолого-педагогічній літературі / Н.Завізна // Рідна школа. – 1999. – № 7-8. – С.59-62.
2. Івашко Л. М. Освітнянський простір як об'єкт впровадження нових інформаційних технологій / Л. М. Івашко // Вісник соціально-економічних досліджень. – 2007. – Вип. 25. - С. 132-139.
3. Касьян В. А. Інформаційні технології навчання у професійно-технічних закладах / В. А. Касьян, О. І. Яковлев // Безпека життєдіяльності. – 2006. – № 1. – С. 38-41.
4. Стрельников В. Ю. Інформаційні технології навчання / В. Ю. Стрельников // Проблеми освіти. – 2004. – № 35. – С. 84-85.
5. Основи професійної освіти: Підручник / М. В. Руденко, Р. А. Калениченко, Г. В. Капосльоз, Г. Л. Корчова. – К.: КНУБА, 2018. – 613 с.

6. Психолого-педагогічне забезпечення навчально-виховного процесу: Навч. посіб. / В. М. Смірнов; М. В. Руденко, Р. А. Калениченко, В. О. Гаврилюк. – К.: КНУБА, 2014. – 432 с.

Руслан Калениченко,
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри основ професійного навчання
Київського національного університету будівництва і архітектури,
Геннадій Мустафасв,
кандидат психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології та соціології Університету ДФС України

ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС

Тези присвячені особливостям організації навчального процесу в сучасних умовах, які вимагають поєднання різних технологій, творчого підходу до використання кожної з них, а також створення нових навчальних технологій. Підкреслюється, що створення нових інноваційних, креативних педагогічних технологій може бути тільки на базі гарного володіння основними технологіями навчання.

Ключові слова: технологія, основні технології навчання, нові навчальні технології, креативні педагогічні технології.

Через невідповідність темпів і характеру соціальних й педагогічних процесів виникають кризові явища в педагогіці. Традиційні педагогічні засоби виховання, змісту й організації освітнього процесу все частіше не спрацьовують. У теорії і практиці середньої та вищої школи мають місце протиріччя, які зумовлюють необхідність пошуку нових технологій навчання:

- між суспільною формою здійснення професійної чи навчальної діяльності, колективним характером праці і спілкування її суб'єктів та індивідуальною технологією оволодіння цією діяльністю;

- між необхідністю здійснення діяльності на рівні активності і творчості та функціонуванням репродуктивного мислення, пам'яті, індуктивної логіки процесу засвоєння знань під час навчання;

- між спрямованістю змісту навчальної діяльності на вивчення минулого соціального досвіду та орієнтацією суб'єкта навчання на результативність майбутньої професійної діяльності;

- між функцією відображення педагогічної реальності у системі психолого-педагогічних понять і категорій і необхідністю реалізації конструктивно-аналітичної функції в процесі вивчення навчальних дисциплін.

Дидактика середньої і вищої школи не завжди оперативно реагує на інноваційні освітні процеси, а іноді й стримує їхнє впровадження в масову практику на шляху руху від теоретичних знань до їх практичного застосування існує вакуум.

Щоб подолати цей розрив, забезпечити синтез теорії і практики, необхідно озброювати студентів прикладними, суто технологічними знаннями. Використання нових освітніх технологій передбачає не стільки поповнення теоретико-методологічних знань студентів, скільки формування професійних умінь проектувати, конструювати процес навчання, аналізувати його результати.

Термін «технологія» грецького походження і означає знання про майстерність.

Учені, користуючись цим поняттям, мають на увазі, з одного боку, сукупність прийомів і способів обробки або виробництва певних продуктів, а з іншого – науку про такі способи.

У педагогічній літературі поняття «технологія» використовують у таких значеннях:

- 1) як синонім понять «методика» чи «форма організації навчання» (технологія спілкування, технологія взаємодії, технологія організації індивідуальної діяльності);

2) як сукупність всіх використаних у конкретній педагогічній системі методів, засобів і форм (традиційна технологія навчання, технологія Л. Занкова тощо);

3) як сукупність і послідовність методів і процесів, які дозволяють одержати запланований результат.

Жодна освітня технологія не може розглядатися як універсальна. Організація навчального процесу в сучасних умовах вимагає поєднання різних технологій, творчого підходу до використання кожної з них, а також створення нових навчальних технологій. Отож створення креативних педагогічних технологій може бути на базі гарного володіння основними технологіями навчання.

Тому пригадаємо основні технології навчання:

1. Проблемне навчання (Дж. Дьюї).
2. Технологія інтенсифікації навчання на основі знакових моделей навчального матеріалу (В. Шаталов).
3. Диференційоване навчання (М. Гузик, І. Закатова).
4. Перспективно випереджувальне навчання з коментованим управлінням (С. Лисенкова).
5. Технологія індивідуалізації навчання: метод проектів, батовська система, план Трампа (І. Унт, А. Границька, В. Шадриков).
6. Технологія програмованого навчання: блочне навчання, модульне навчання (Б. Скінер, Н. Краудер).
7. Комп'ютерні (інформаційні) технології навчання.
8. Укрупнення дидактичних одиниць (П. Ерднієв).
10. Система розвивального навчання (Л. Занков).
11. Технологія розвивального навчання Д. Ельконіна-В. Давидова.
12. Оптимізація процесу навчання Ю. Бабанський [2].

У навчально-виховному процесі мова учителя стає найважливішим інструментом його професійної діяльності, головним засобом розв'язання педагогічних задач.

У цьому зв'язку цікавими є комунікативні технології етичного захисту, розроблені Н. Є. Щурковою. Уміле володіння прийомами етичного захисту дає змогу підвищити рівень комунікативної культури вчителя, запобігає виникненню стресових станів педагога, формує відповідні моральні якості учнів.

За Н. Є. Щурковою, комунікативні технології передбачають використання «м'яких» способів прихованого етичного захисту, під яким науковець розуміє систему педагогічних дій, спрямованих учителем на захист власної гідності та на ініціювання суб'єктивності вихованця, здатність осмислювати дії, що він вчинив [3].

Розглянемо деякі приклади цих технологій

«Окультурене відтворення». Мета цього прийому – корегування поведінки учня. Сутність прийому полягає в демонстрації вчителем спілкування на рівні культури. Цей прийом дає конкретний наочний зразок етичної форми спілкування в контексті ситуації, що виникла. Як парадигму, можна використати таку фразу: «Якщо я Вас правильно зрозуміла... Ви хотіли сказати...». При цьому додається окультурена форма вербальної, поведінкової моделі спілкування. Проілюструвати реалізацію цього прийому на практиці можна наступною ситуацією. Учень, не встигаючи записати за вчителем речення, вигукує: «Повільніше!». Педагог відповідає: «Якщо я Вас правильно зрозуміла, шановний Сергію, ви хотіли сказати: «Шановна Марино Миколаївно, будь ласка, повторіть ще раз це речення».

«Виправдовування поведінки». Сутність прийому полягає у тому, щоб сприяти психічному врівноваженню дитини шляхом «виправдовування» поведінки учня в даній ситуації. Великого значення набуває інтонаційне забарвлення вчителя, який говорить спокійним, м'яким і переконливим тоном: «Можливо, Ви хотіли...», «Можливо, будь-хто на Вашому місці...», «Я б можливо також...» та ін.

«Виявлення доброзичливості». Сутність цього прийому – у веселому ігноруванні того, що сталося. Використовуються форми словесного повідомлення на зразок: «Добре, що Ви мені нагадали...», «Якби не Ви, я зовсім забув би про це...» та ін.»

«Питання на відтворення». Мета прийому – припинити спілкування, що відбувається на низькому рівні взаємодії, і надати можливість співрозмовнику виправити свою поведінку в процесі спілкування. Сутність прийому полягає в тому, що вчитель, посилаючись на те, що він недочув або був чимось дуже захоплений, люб'язно просить учня ще раз повторити фразу, з якою він звертався. Тим самим педагог підштовхує учня до пошуку інших, більш культурних форм звернення і поведінки. Тут важливо, щоб в інтонації вчителя не було ніякої іронії, підтексту. Прохання вчителя повинно бути щирим. Використовуються фрази на зразок: «Вибач, я не розчула, що Ви сказали...», «Будь ласка, повторіть те, що Ви сказали...» та ін.

«Питання про одержувача». Цей прийом ще можна назвати «наївним подивом», тому що педагог ніби дивується щодо нетактовного звернення в свою адресу. Він спеціально інструментує наївність, інсценує нерозуміння того, що було сказано учнем. Ставиться запитання: «Це Ви мені сказали?», «Хіба так можна?». Велике значення для реалізації цього прийому має педагогічний артистизм вчителя: пластика, міміка, інтонації.

«Посилення на особистісні якості». Прикладом можуть бути такі фрази: «Я не звикла до такого звертання», «Я не можу продовжувати розмову у такій формі» та ін. Зміст і форма цих фраз мають враховувати рівень вікового та індивідуального розвитку особистості, бути зрозумілими і доступними для учнів.

Отож, жодна освітня технологія не може розглядатися як універсальна. Організація навчального процесу в сучасних умовах вимагає поєднання різних технологій, творчого підходу до використання кожної з них, а також створення нових навчальних технологій. Отож, створення нових інноваційних, креативних педагогічних технологій може бути тільки на базі гарного володіння основними технологіями навчання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Психолого-педагогічне забезпечення навчально-виховного процесу: Навч. посіб. / В. М. Смірнов; М. В. Руденко, Р. А. Калениченко, В. О. Гаврилюк. – К.: КНУБА, 2014. – 432 с.
2. Чайка В. М. // Основи дидактики. – 2011. – № 1. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://pidruchniki.com/1584072030815/pedagogika/osnovi_didaktiki.
3. Щуркова Н. Е. Педагогическая технология. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 224 с.
4. Основи професійної освіти: Підручник / М. В. Руденко, Р. А. Калениченко, Г. В. Капосльоз, Г. Л. Корчова. – К.: КНУБА, 2018. – 613 с.

Валентина Кириченко,

кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя ІПВ НАПН України, кандидат у майстри спорту України з хортингу,

Валерія Нечерда,

кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя ІПВ НАПН України, майстер спорту України з хортингу

ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ І ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ПРОСОЦІАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ

У дослідженні пропонуються методи і технології, що наразі є найбільш ефективними у формуванні просоціальної поведінки особистості в закладах загальної середньої освіти. У центрі уваги авторок тренінгу, дискусії, технології сучасного

театру, художньо-прикладні технології, фото-відео технології, евент-технології та ін. Дослідницями наголошується важливість для розвитку просоціальних якостей учнів самоаналізу діяльності та її результатів.

Ключові слова: просоціальна поведінка, особистість, практики формування просоціальної особистості, методи, технології.

Виховання високоморальної творчої особистості, здатної на просоціальне служіння суспільству і своїй державі, є одним із завдань сучасної освіти. Саме тому зусилля педагогів-виховників мають концентруватися на розвитку у школярів ціннісного ставлення до кожної окремої людини, що передбачає відповідальність, чесність, терпимість, толерантність, добросовісність, чуйність, вміння колективної співпраці, самоконтролю й ефективного протистояння будь-яким проявам агресії і насильства. Володіння цими цінностями й навичками визначає у соціумі особистість із просоціальною поведінкою, яку, за її найбільш поширеним тлумаченням, розуміють як поведінку людини, котра орієнтується на благо соціальних груп та здійснення дій, корисних іншим людям.

Мета дослідження. Метою нашого дослідження є презентування тих методів і технологій, що довели свою високу ефективність у формуванні просоціальної поведінки особистості в масовій виховній практиці. Всі вони одночасно зацікавлюють школярів, приносять їм задоволення та працюють на формування в учнів просоціальної мотивації та досвіду просоціальних вчинків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасні практики формування просоціальної особистості засвідчують істотні виховні можливості таких видів діяльності учнів, як робота із казковими текстами за методом «мозаїка»; рефлексивне обговорення притч і тематичних цитат, конкурси просоціального есе; створення відеоматеріалів, постерів, мотиваторів тощо [3]. Окрім того, такий метод творчої діяльності, як дискусія потужно працює на розвиток в учнів критичного мислення, умінь вести діалог, коректно висловлювати свою точку зору й аналізувати безмежне інформаційне море, перенасичене відверто агресивними, ціннісно-спотвореними повідомленнями.

Через великий потенціал розвитку особистісних якостей у формуванні просоціальної поведінки важко переоцінити важливість тренінгів для учнів (міні-тренінги, презентаційні, інформаційно-просвітницькі). Тренінг створює можливість неформального конструктивного спілкування, відкриття у собі нових здібностей, осмислення свого потенціалу, розширення досвіду позитивної взаємодії, дає змогу проявити креативність, зосередитися на розкритті взаємозумовлених зв'язків між теоретичними положеннями і практичними діями [1]. Тренінгова технологія характеризується високою інтенсивністю комунікації, обміном інформацією, різноманіттям видів діяльності, цілеспрямованою рефлексією учасниками своєї діяльності та стосунків з іншими. Мистецтво спонтанної і творчої поведінки, що стає метою групової роботи на тренінгу, сприяє багатосторонній гармонійній взаємодії, яка є суттєвою передумовою майбутньої просоціальної поведінки особистості.

Збагатити перелік ефективних технологій можуть арт-технології (запозичені з певних жанрів мистецтва), що надають змогу передавати соціально-важливу інформацію за допомогою яскравих художніх образів, орієнтуючись на емоційну сферу особистості. До використання у виховній практиці пропонуються такі арт-технології, як: технології сучасного театру; художньо-прикладні технології; фото-відео технології; евент-технології. Всі вони максимально відповідають інтересам і потребам сучасної молодої людини, яка характеризується «кліповим мисленням» й звикла сприймати світ через яскраві дисплеї мобільних телефонів чи монітори комп'ютерів. Саме тому арт-технології можуть стати дієвим інструментом формування просоціальної позиції молодої людини й водночас допоможуть оновленню методичного інструментарію педагогів-виховників.

При цьому слід зазначити, що *технології сучасного театру* є досить складними, оскільки потребують спеціальної підготовки керівників і попередніх репетицій дітей та молоді, але цікавість до них настільки велика, що підносить ці технології до першої п'ятірки затребуваності в роботі з дітьми й учнівською молоддю [4]. Глядачами театральних вистав може стати велика кількість учнів (на відміну від тренінгу чи уроку), ці технології можуть бути використані під час будь-яких молодіжних акцій чи зібрань. Серед театральних технологій, доречних в роботі з дітьми та молоддю, можна виділити декілька видів вистав: публіцистична, пластично-хореографічна, драматична, гумористична.

На наш погляд, найбільшого поширення у навчальних закладах можуть набути публіцистична та гумористична вистави, яка є спадкоємицею відомої колись агітбригади.

Публіцистична вистава – це монтаж різноманітних епізодів, художніх жанрів, деякі з них навіть можуть мати гумористичний характер. Основна риса цього сценічного жанру полягає в сучасності й актуальності, тобто зміст і сценічна дія відповідають вимогам часу.

Гумористична вистава є жанром дуже яскравим, переконливим, близьким до молодіжної і дитячої аудиторії. Загальновідомо, що за допомогою гумору природно викривати вади, які існують у житті суспільства, пропагуючи навзаєм певні позитивні моделі поведінки. Від тих, хто звертається до роботи в цьому жанрі, він вимагає здорового почуття гумору, жвавості, рухливості, гнучкості мислення. Водночас, потрібно стежити за дотриманням сценічної культури, оскільки несценічним є показ насильницьких дій, приниження гідності іншого тощо.

Художньо-прикладними технологіями є тематичні конкурси малюнків, плакатів, виставки робіт з природного матеріалу тощо. Але молодь сьогодні виявляє цікавість до більш сучасних жанрів мистецтва, і тому ми пропонуємо доповнити методичний інструментарій сучасного педагога-виховника такими методами, як колажування, графіті, 3d-інсталяції, які вимагають від виконавців художніх здібностей та вмінь командної роботи.

Фото-відео технології викликають останнім часом неабияку цікавість у молоді (серед молодого покоління стали популярними аматорські знімки і зйомки власного відео). Саме тому у вихованні просоціальних якостей особистості (доброзичливість, довіра, емпатійність, альтруїстичність, толерантність) дуже доречним є використання відеороликів, анімаційних фільмів, фотовиставок тощо. Використовуючи технологію *фотовиставки (фотоконкурсу)*, ми можемо розраховувати на велику активність з боку молоді, оскільки для створення декількох фотографій потрібно зовсім небагато зусиль, натомість глядацька аудиторія може бути досить великою (адже фотовиставку чи фотоконкурс може бути влаштовано також і в Інтернет-просторі). Педагогам лише необхідно чітко сформулювати тематику фотографій та встановити деякі технічні формати, аби фотографії були належної якості.

Відеоролики можна використовувати для популяризації знань просоціальної спрямованості, часто з просвітницькою метою. Сучасний рівень розвитку цифрових відео-технологій дозволяє зробити досить якісне відео за допомогою аматорської відеокамери і навіть недорогого фотоапарату чи телефону. Тому можна запропонувати молоді зняти власне відео на певну тематику. Серед жанрів аматорського відео використовують відеорекламу, журналістське дослідження, публіцистичний сюжет, інтерактивне опитування, короткометражне кіно.

Стрімко набирають популярності *евент-технології* [2]. Слово «евент» перекладається українською як «подія». Популярними молодіжними формами активності наразі виступають флешмоби, квести, перформанси тощо.

Квести – це аматорські спортивно-інтелектуальні змагання, основою яких є послідовне виконання заздалегідь підготовлених завдань командами або окремими гравцями. Жанр таких змагань – пригодницький, саме тому вони здатні зацікавити дітей та учнівську молодь. Організаторам гри необхідно побудувати маршрут і завдання для команд таким чином, щоб в ході гри розкрити декларовану тему, надати цікаву і корисну інформацію, яка допоможе учасникам квесту осмислити зміст поняття «просоціальна поведінка», усвідомити необхідність активних просоціальних дій чи дізнатися про рівень інформованості команд із заданої теми.

Флешмоби – це заздалегідь спланована масова акція, яка проводиться з метою привернути увагу суспільства до певної проблеми. Свідками її стають всі, хто перебуває в той час у тому місці. Завданням організаторів є придумати дії, що розкривають зміст теми, якій присвячено флешмоб, а також організувати учасників та учасниць. В ідеалі, інформація про флешмоб та його сценарій розміщується в Інтернеті, тоді всі зацікавлені темою і сценарієм можуть взяти участь в акції. Можливі варіанти, коли учасниками флешмобу виступає група заздалегідь підготовленої і організованої молоді, яка виконує дії, що потребували попередньої репетиції. Важливо провести флешмоб в такому місці, де перебуває велика кількість людей, аби більше глядачів звернули увагу на дії флешмоберів та на проблему, яку вони презентують.

Перформанси є формою образотворчого мистецтва, у якій художні образи не статичні, а живі й рухливі. Перформанс важко назвати виставою, хоча все, що відбувається під час його, є результатом роботи режисера та виконавців. Проте, в центрі уваги глядачів залишаються створені художником образи. Перформанси поступово стають популярними і все ширше використовуються під час масових акцій.

Висновки.

Зазначимо, що по завершенню заходів важливо організувати рефлексію учасників, бо самоаналіз діяльності та її результатів – найбільш ціннісний момент у процесі виховної взаємодії. Зараз загальноприйнятною вважають наступну класифікацію, засновану на функціональних відмінностях: рефлексія настрою та емоційного стану; рефлексія діяльності; рефлексія змісту інформації. Її можна здійснювати як усно (прийоми «Комплімент-похвала», «Рефлексивна мішень», «Світлофор», «Східці успіху», «Плюс-мінус-цікаво»), так і письмово (прийоми «Незакінчене речення», «Есей», «Бортовий журнал», «Щоденник», «Синквейн»).

Наголосимо, що власний приклад постійного пошуку оновлення виховної діяльності; практична праця, яка перейшла у творчість, перманентне осучаснення методичного інструментарію значно збільшують ефективність виховання молодого покоління, дозволяючи залучати юнь до просоціальної діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д., Кириченко В. І., Петрочко Ж. В. З Україною в серці (тренінг з національно-патріотичного виховання дітей та молоді) : посіб. / І. Д. Бех, В. І. Кириченко, Ж. В. Петрочко. – Харків: «Друкарня Мадрид», 2016. – 140 с. Вид. 2-ге, змінене.
2. Крок до толерантності: використання арт-технологій у захисті прав дітей-біженців: навч.-метод. посіб. / Р. Безпальча, М. Григоріва, Я. Немая [та інш.]. – К. : Школа Рівних Можливостей, 2010. – 24 с.
3. Садкіна В. І. Маленькі секрети учительського успіху. Навчаємо з радістю / Садкіна В. І. – Х. : Вид. група «Основа», 2016. – 144 с. (Серія «Нові формати освіти»).
4. Формування просоціальної поведінки учнів в умовах превентивного виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу : монографія / Кириченко В. І., Єжова О. О., Нечерда В. Б., Тарасова Т. В., Хомич О. Л.; за заг. ред. канд. пед. наук, ст. наук. співробітника Кириченко В. І. – Тернопіль : ТЗОВ «Терно-граф», 2016. – 244 с.; табл., рис.

Олександр Кошик,
педагог-організатор Бердянського закладу ЗСО № 3,
магістрант гуманітарно-економічного факультету
Бердянського державного педагогічного університету,
Алла Хатько,

кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри комп'ютерних технологій в
управлінні та навчанні й інформатики Бердянського державного педагогічного
університету, майстер спорту України з хортингу

ХМАРООРІЄНТОВАНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ В РОБОТІ ПЕДАГОГА-ОРГАНІЗАТОРА ЗСО

Зосереджено увагу на визначенні «хмароорієнтований менеджмент» – процес управління, реалізований засобами хмарних технологій. Важливу роль у реалізації національно-патріотичного виховання та активної громадської активності школяра відіграє створення позитивного виховного середовища (простору) [4]. Перераховано документацію, за ведення якої відповідає педагог-організатор ЗСО, що міститься на Google Диску у розділі віртуальної учительської «Позакласна діяльність».

Ключові слова: хмароорієнтований менеджмент, процес управління, хмарні технології, національно-патріотичного виховання, активна громадська активність школяра, позитивне виховне середовище, педагог-організатор ЗСО, електронні освітні ресурси.

Події останніх місяців дають підстави стверджувати, що переважна більшість громадян України виявила високу патріотичну свідомість та міцну громадянську позицію. Тому одним із найважливіших завдань виховання в сучасному суспільстві є продовження роботи з національно-патріотичного виховання дітей та молоді України.

Сьогодні швидкими темпами розвиваються нові ефективні інформаційно-комунікаційні технології, зокрема хмарні обчислення, запровадження яких у систему освіти надає можливість створювати такі управлінські та навчальні структури, що забезпечать не тільки необмежений доступ до електронних освітніх ресурсів, а й новітні умови комунікації, управління й співпраці.

Метою дослідження є впровадження хмарних технологій в діяльність з національно-патріотичного виховання педагога-організатора закладу загальної середньої освіти.

Педагог-організатор – фахівець, що організує позакласну і позашкільну роботу у сфері додаткової освіти дітей. Керує роботою клубів, кружків, секцій і інших об'єднань, що функціонують в освітніх установах і організує діяльність учнів за технічним, художнім, спортивним і туристично-краєзнавчими напрямками. Проводить масові заходи (вечори, свята, олімпіади та ін.), організує відпочинок дітей під час канікул. Сприяє творчому розвитку учнів. Залучає до виховної роботи з школярами установи культури і спорту, громадські організації.

Основними напрямками діяльності педагога-організатора є: сприяння розвитку та діяльності дитячих громадських організацій, об'єднань; допомога в плануванні їх діяльності на принципах добровільності, самоврядування та демократизму з урахуванням ініціативи, інтересів та потреб учнів; організація дозвілля учнів [1].

Згідно з Концепцією, національно-патріотичне виховання має на меті формування національно-патріотичної свідомості, а саме: особистісної ідентифікації зі своєю нацією, віри в духовні сили та майбутнє країни, волі до праці на користь народу; усвідомлення моральних та культурних цінностей; знання історії, звичаїв, обрядів, символіки як всієї країни так і її регіонального різноманіття [2].

Питання розвитку системи патріотичного виховання, формування національної свідомості, громадянської активності – одне з головних у підготовці педагога-організатора до реалізації завдань і змісту патріотичного виховання дітей та молоді [4].

Реалізація національно-патріотичного виховання та створення активної громадської позиції учнів у роботі педагога-організатора відбувається [4]: через позакласну роботу (бесіди, конкурси малюнків, вікторини, екскурсії, виставки, флеш-моби, тренінги тощо); в процесі співпраці школи, сім'ї, громадськості; у співпраці з класними керівниками; у співпраці з органами учнівського самоврядування; у співпраці з громадськими організаціями; через волонтерський рух тощо.

Сьогодні навчальні заклади працюють в умовах постійного розширення інформаційного середовища, адже інформаційно-комунікаційні технології безупинно розвиваються. Доцільність та необхідність впровадження засобів ІКТ на основі хмарних технологій в Україні задекларовано на державному рівні [5]. Кабінетом Міністрів України прийнято розпорядження про схвалення Стратегії розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2013-2020 рр. [3], що передбачає формування сучасної інформаційної інфраструктури на основі хмарних технологій. Одним із стратегічних напрямів модернізації управлінської діяльності школи є її інформатизація. Йдеться про впровадження в процес управління інформаційно-комунікаційних технологій, зокрема хмарних.

Отже, під *хмароорієнтованим менеджментом* ми розуміємо процес управління, реалізований засобами хмарних технологій.

Важливу роль у реалізації національно-патріотичного виховання та активної громадської активності школяра відіграє створення позитивного виховного середовища (простору) [4]. Для сьогоднішніх дітей та підлітків, життя, побут, навчання й виховання яких неможливо уявити без використання сучасних гаджетів (смартфонів, планшетів тощо, які за замовченням використовують хмарні технології) значною частиною такого простору може виступати хмароорієнтоване інформаційне середовище школи.

Тому нами було запропоновано створення хмароорієнтованої «віртуальної учительської» засобами хмарних сервісів Google в ЗЗСО № 3 Бердянської міської ради Запорізької області.

Документація, за ведення якої відповідає педагог-організатор ЗЗСО, міститься на Google Диску у розділі віртуальної учительської «Позакласна діяльність», а саме:

1. Плани роботи педагога-організатора (річні, місячні, тематичні) створені засобами Google Таблиць та мають налаштування спільного доступу для адміністрації ЗЗСО та класних керівників.

2. Документація органу учнівського самоврядування (план роботи, протоколи засідань, портфоліо) створені засобами Google Документів, Таблиць і Презентацій та мають налаштування спільного доступу для адміністрації, членів учнівського самоврядування та частково для учнів школи.

3. План самоосвіти педагога-організатора також зручно створювати засобами Google Таблиць. Доступ до цього документу мають також керівник ЗЗСО та заступник з виховної роботи.

4. Щоденник педагога-організатора містить відомості про загальношкільні свята, заходи, бесіди, виставки, відкриті заходи класних керівників по паралелях, лінійки, зустрічі з відомими людьми, екскурсії, тощо; все, що вказує на активну виховну роботу в школі. У ньому зазначається дата, назва заходу, хто його проводив, тобто має вигляд табличного документу і також створений засобами Google Таблиць.

5. Графік роботи шкільних гуртків, секцій знаходиться у відкритому доступі для всіх бажаючих.

6. Список здібних, талановитих учнів із вказівкою нахилів (з метою залучення їх до організації позакласних заходів) – спільний документ з доступом для адміністрації, а також шкільного психолога та соціального педагога.

7. Список дітей з неблагополучних сімей (з метою залучення їх до участі в житті школи та проведення позакласної роботи) – також із доступом для адміністрації, шкільного психолога та соціального педагога.

8. Фотографії проведених позакласних заходів публікуються у Google Фото у папках з відповідними назвами та датами проведення, що відкриті для перегляду у вільному доступі. Відеозвіти заходів опубліковані у YouTube каналі школи у відповідному плейлисті (списку відтворення), призначеному саме для позакласної роботи.

Як показав досвід, робота з електронним документообігом у хмарі не потребує значних зусиль, витрат часу та специфічних навичок роботи з комп'ютерною технікою. Інтерфейс сервісів Google є максимально простим та інтуїтивно зрозумілим, а отже не вимагає додаткового вивчення. Таким чином, наповнюючи відповідний розділ віртуальної учительської поточними документами, ми з часом отримуємо на Google Диску всю потрібну для подальшої роботи документацію, фото- та відеоархіви, систематизовані, надійно збережені, доступні будь-де та будь-коли без необхідності зайвого копіювання та друку.

Таким чином, хмароорієнтований менеджмент в роботі педагога-організатора ЗЗСО значною мірою сприятиме підвищенню її ефективності загалом, та зокрема в напрямку національно-патріотичного виховання учнівської молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Посадова інструкція педагога-організатора [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://znavk67.zp.ua/posadova-instrukciya-pedagoga-organizatora>.

2. Проект Концепції національно-патріотичного виховання дітей та молоді [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://mon.gov.ua/ua/pr-viddil/1312/1421144886/1422707001/>.

3. Стратегія розвитку інформаційного суспільства в Україні. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/386-2013-r#n8>.

4. Устимець Н. Ю. Роль педагога-організатора щодо національно-патріотичного виховання, формування громадської активності школярів [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://babinschool.wordpress.com/семінари/районний-семінар-практикум-педагогі/повідомлення/устимець-н-ю-гощанська-гімназія/>.

5. Хатько А. В. Можливості використання хмарних обчислень в системі інформаційного забезпечення хортингу / А.В. Хатько // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А.В., 2016. – Вип. 5. – с. 173-180.

Олександр Лаврентьєв,

*доцент, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор кафедри СД та ОПП
ФПМ з фізичного виховання і спорту, майстер спорту СРСР з гирьового спорту,
Університет ДФС України,*

Олена Буток,

*старший викладач кафедри СД та ОПП ФПМ Університету ДФС України,
майстер спорту України з баскетболу*

ГИРЬОВИЙ СПОРТ – ПОПУЛЯРНИЙ І ДОСТУПНИЙ ВИД ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У СИСТЕМІ ОСВІТИ

Основною метою тренування є різнобічна і гранично можлива для конкретного індивідуума підготовленість, обумовлена специфікою виду спорту та вимогами отримання максимально високих результатів у змагальній діяльності.

Ключові слова: гирьовий спорт, рухова активність, доступність, вправи з гирями.

Сучасний прогрес і цивілізація, з одного боку поліпшують життя людства, а з іншого – віддаляють людину від природи, знижуючи її рухову активність, що у поєднанні з негативною екологією заподіює значну шкоду людському організму. Збільшується кількість хвороб, знижується активність імунної системи, багато хвороб на

які раніше хворіли в основному літні люди, «помолодшали» і, як наслідок, це призводить до скорочення тривалості життя людини.

Зниження рухової активності – це один із багатьох негативних чинників, що перешкоджають нормальній плідній життєдіяльності людини.

Прагнення до міцного здоров'я, зовнішньої привабливості, бадьорості та упевненості в собі притаманні кожній людині. Але багато людей свідомо чи несвідомо ігнорують це прагнення до фізичної досконалості та здоров'я, бо ведуть «тихий» спосіб життя, який призводить до передчасного старіння, обмежує або і взагалі робить проблематичною їхню здатність до самореалізації на користь суспільству.

Заняття тим чи іншим видом спорту значно впливає на розвиток окремих м'язових груп людини, на її зовнішність людини в цілому, настрій, манеру триматися, поставу. Один вид спорту забезпечує більш гармонійний розвиток усього тіла, а другі розвивають переважно плечовий пояс та м'язи ніг [1-3].

До ефективних засобів гармонійного розвитку м'язів відносяться вправи з гирями. Гирьовий спорт – популярний і доступний вид фізичних вправ. У порівнянні з іншими видами спорту гирі мають ряд позитивних переваг. Це, насамперед, просто, доступно, економічно. Займатися гирями можна одному дома та групою у дворі або в залі. Кошують гирі порівняно недорого, а термін використання необмежений.

Гирьовий спорт як різновид важкої атлетики з'явився в Росії у кінці минулого століття (серпень 1885 р., Петербург), був створений перший гурток любителів боротьби і силових вправ. Ініціатором його створення став відомий, петербурзький лікар В. Ф. Краєвський. Здійснюючи поїздки по країнах Європи, він вивчив методику тренування відомих атлетів, познайомився з технічним забезпеченням атлетичних залів і за участю представників передової інтелігенції створив цей гурток. Незабаром подібні гуртки були організовані в м. Києві, м. Уфі, м. Воронежі, м. Тифлісі та в інших містах.

Але, вправи з гирями, як до і після революції займали ранг допоміжних вправ для розвитку сили та витривалості.

У 1948 році, враховуючи інтерес до вправ з гирями, в м. Москві був проведений всесоюзний конкурс силачів, у якому взяли участь переможці республіканських змагань. Змагання проводилися в чотирьох вагових категоріях до: 60, 70, 80 і понад 80 кг. Учасники виконували ривок гирі однією рукою і поштовх двох гир від грудей. При цьому дозволялося їх вичавлювати, швунгувати і доштовхувати. Крім того, спортсмени змагались у вправах зі штангою: в жимі і поштовху двома руками. В ваговій категорії до 60 кг переміг москвич Григорій Коновалов. Він вирвав однією рукою двохпудову гирю 28 разів і зробив поштовх 7 разів. У ваговій категорії до 70 кг переможцем став атлет з Ворошиловграда (нині Луганськ) Іван Саломаха: його результат відповідно: 23 ривка і 15 підйомів. Ленінградець Олександр Лаврент'єв був сильніший у вазі до 80 кг: 30 ривків і 13 підйомів від грудей, а у найважчій ваговій категорії (+ 80 кг) звання найсильнішого завоював богатир з міста Чкалова – Микола Большаков: 33 ривка і 19 підйомів від грудей.

У 50-і роки заняття з гирями продовжували користуватися популярністю у сільської молоді, рибалок, воїнів Радянської Армії та Військово-Морського Флоту. Змагання проводилися у вигляді конкурсів силачів, де не було ні правил, ні класифікаційних нормативів. Однак, інтерес до цього народному виду спорту ніколи не «слабшав».

Періодом становлення сучасного гирьового спорту можна вважати 60-ті роки. Тоді були розроблені правила змагань і класифікаційні нормативи, в тому числі й нормативи Майстра спорту, стали офіційно реєструватися рекорди. Особливо великий внесок у популяризацію гирьового спорту внесли ентузіасти Липецької і Воронежської областей, Алтайського краю, України та Литви. Були розроблені спеціальні класифікаційні нормативи для воїнів Збройних Сил СРСР.

У 70-ті роки стали традиційними турнірні зустрічі любителів гирьового спорту сільських районів РФСР, України і Литви. Змагання присвячувалися пам'яті відомих у нашій країні людей. Наприклад, в Липецьку гирьовики боролися за приз двічі Героя Радянського Союзу льотчика М. Степанищева, а в м. Біловодськ, Ворошиловградська область (нині Луганська) за приз Героя Радянського Союзу Ф. Г. Уманського. Спортсмени змагались вже за ваговими категоріями. У 1985-1988 рр. гирьовий спорт був включений в Єдину всесоюзну спортивну класифікацію, як самостійний вид спорту де при Федерації важкої атлетики СРСР була створена комісія гирьового спорту та атлетичної гімнастики. Силами ентузіастів (Б. Вішняускаса, В. Воропаєва, В. Полякова, В. Рассказова) були розроблені загальносоюзні правила змагань і розрядні нормативи (у тому числі й норматив, який дає право на присвоєння почесного звання «Майстер спорту СРСР»).

У листопаді 1985 р. гирьовий спорт вийшов на всесоюзну арену. Першими чемпіонами Радянського Союзу стали: М. Родіонов (60 кг, м. Липецьк), Ф. Усенко (80 кг, м. Суми), А. Мощенніков (90 кг, м. Перм), С. Мішин (+ 90 кг., м. Калуга). Всього було проведено 6 чемпіонатів СРСР та 2 СНД.

За роки незалежності на Україні гирьовий спорт набув певної популярності. Так, за двадцять років незалежності Українські гирьовики неодноразово в командній та особистій першості ставали чемпіонами та призерами. Паралельно з гирьовим спортом розвивається жонглювання гир, розроблені правила змагань і розрядні нормативи. Паралельно з класичними змаганнями проводиться так звана піраміда в якій приймають участь 10 кращих спортсменів від команди в поштовху. Протягом останніх п'яти років було встановлено 122 рекорди Світу, з яких 103 належить Україні.

З 2006 року почали реєструвати рекорди світу у жінок, які виконують вправу-ривок гирі 16 кг. Їх особисті результати дорівнюють: вагова категорія до 60 кг. Світлана Кречик – 254 підйому, вагова категорія до 70 кг Любов Черепаша – 260, вагова категорія понад 70 кг Катерина Ванина – 254.

Найвідоміші гирьовики України: ЗМС – Роман Михальчук, Валентин Бондаренко, Володимир Андрійчук, Федір Фуглев, Олександр Савченко, Любов Черепаша та багато інших.

На сьогоднішній день до міжнародної федерації гирьового спорту входять команди: Італії, США, Ірландії, Ірана, Греції, Франції, Росії, Казахстану, Білорусії, Латвії, України тощо [2].

Гордістю Університету ДФС України з гирьового спорту є майстер спорту міжнародного класу, п'ятиразовий переможець першості світу, срібний призер Чемпіонату світу та бронзовий призер Чемпіонату Європи Юрій Дуляницький та майстер спорту міжнародного класу, триразовий переможець першості світу, триразовий чемпіон світу, рекордсмен Максим Дедусь.

Висновок.

Щорічно на факультеті податкової міліції УДФСУ проводиться першість факультету податкової міліції. Кількість учасників: 5 чоловік із курсу. А з 2016 року проводиться першість Університету. Також керівництво Університету разом з ФСТ «Динамо» на нашій базі щорічно проводять змагання за програмою «Динаміада» Київської області. Змагання в гирьовому спорті проводяться за напрямками: класичне двоєборство (поштовх + ривок); поштовх довгим циклом; естафета; жонглювання; гвардійський ривок; гирьовий фітнес; з'явився та вдало розвивається напрям, як гирьовий хортинг.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104-112.

2. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.

3. Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014-2018. – Вип. 1-9.

4. Терещенко В. І. Гирьовий спорт – ефективний засіб загальної фізичної підготовки. Навч. посібн. / В. І Терещенко., О. М. Лаврентьєв. – Ірпінь: Видавництво Національного університету ДПС України, 2014. – 234 с.

Анатолій Пелих,

кандидат наук з державного управління, начальник відділу організації спортивної діяльності та міжнародних зв'язків Управління фізичної культури і спорту МО України

СУТНІСТЬ МЕТОДИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧА

У тезах представлено погляди більшості вітчизняних і зарубіжних учених щодо трактування поняття «професійна компетентність викладача»; підкреслюється, що методична компетентність – це багатокомпонентна система, яка включає знання, вміння та навички, практичний досвід у галузі методики, готовність і спроможність ефективно розв'язувати стандартні та проблемні методичні задачі й здатність до творчої самореалізації та постійного самовдосконалення.

Ключові слова: компетентний вчитель, професійна компетентність, методична компетентність викладачів, компетенція

Нова парадигма освіти України орієнтована на розвиток і потреби особистості, зміни в галузі економіки, політики, соціальної сфери та освіти. Це визначило необхідність корінної зміни структури та змісту підготовки фахівців. Ключова роль у процесі модернізації освіти належить кваліфікованим, підготовленим на сучасному рівні педагогам, що забезпечать входження України у світовий освітній простір. У зв'язку з цим постала потреба у компетентному вчителі, спроможному ефективно діяти, розв'язувати стандартні та проблемні задачі, який володіє інноваційними освітніми технологіями і з перших днів перебування дитини в школі проявить себе по відношенню до неї як професіонал. З позиції компетентнісного підходу рівень освіти визначається здатністю вирішувати проблеми та професійні завдання різної складності на основі наявних знань та досвіду.

Більшість вітчизняних і зарубіжних учених (Є. Азімов, Н. Бібік, Л. Ващенко, І. Зимняя, Б. Ельконін, Н. Кузьміна, Л. Карпова, М. Кадемья, А. Коломієць, О. Локшина, І. Малова, А. Маркова, Л. Мігіна, О. Овчарук, Є. Павлютенков, Л. Паращенко, О. Пометун, І. Прокопенко, С. Раков, І. Родигіна, О. Савченко, Г. Тарасенко, С. Трубачева, А. Хуторський, М. Чошанов, В. Шахов, А. Щукін) єдині у визначенні мети професійної освіти майбутніх викладачів – формування професійної компетентності [1]. Незважаючи на різні погляди щодо трактування поняття «професійна компетентність викладача», його змісту, номенклатури складників, рівневої організації, більшість дослідників одностайні у визначенні проблеми професійної компетентності викладача (Н. Кузьміна, І. Зимняя, А. Кузьминський, Н. Тарасенкова, С. Скворцова, І. Малова, І. Акуленко, О. Лебедева, Т. Руденко, О. Зубков, Л. Мігіна та ін.) та виділяють у її складі методичну компетентність як окремого її вид [1, 2, 4].

Дефініцію методичної компетентності викладачів досліджували: О. Бігич, Є. Азімов, А. Щукін, Т. Тамбовкіна, Т. Ощепкова, М. Пролигіна, Д. Старкова, І. Михалевська, Н. Соколова (у галузі навчання учнів іноземної мови); О. Лебедева, Є. Мисечко, О. Ткаченко, В. Рудніцький (у галузі викладання фізики); І. Акуленко, А. Кузьминський, В. Моторіна, С. Скворцова, Н.Тарасенкова, А. Щербаков, Т. Мамонтова С. Скворцова, Н. Глузман, Т. Руденко, О. Борзенкова (у галузі викладання математики). Одностайної думки щодо визначення цього поняття досі немає [2, 3, 5, 6].

Більшість учених розглядають методичну компетентність викладача через оволодіння ним системи компонентів: знань, умінь, навичок з урахуванням індивідуальних якостей особистості (Н. Кузьміна, І. Малова, С. Скворцова, Н. Глузман, Л. Банашко, І. Зимня, О. Борзенкова, Т. Руденко, Н. Цюлюпа, Т. Мамонтова, О. Бігич та ін.). Але існує інша позиція, за якою методичну компетентність слід розуміти як готовність викладача до проведення занять та до творчої самореалізації (І. Ковальова, С. Скворцова). Важливість набуття практичного досвіду підкреслено в працях І. Зимньої [8] та С. Скворцової [9, с. 119-124].

Таким чином, користуючись термінами «методична компетентність», «дидактико-методична компетентність», «методико-математична компетентність» і «професійно-методична компетентність» ці вчені розмежовують поняття «компетентність» і «компетенція». Вони майже однакові в розумінні сутності цієї категорії, як такої, що являє собою систему дидактико-методичних знань та вмінь, спроможності результативно діяти, ефективно розв'язуючи методичні задачі, що виникають під час навчання учнів окремого предмета.

Очевидно, користуючись різними термінами ці дослідники розкривають одне і те саме поняття. Ми будемо оперувати терміном «методична компетентність». На нашу думку, – це багатокomпонентна система, яка включає знання, вміння та навички, практичний досвід у галузі методики, готовність та спроможність ефективно розв'язувати стандартні та проблемні методичні задачі та здатність до творчої самореалізації і постійного самовдосконалення.

Як бачимо, методична компетентність викладача представляє собою інтегральну багаторівневу професійну характеристику його особистості. Тому більшість учених зміст поняття методичної компетентності розкриють через її структуру. Науковці по-різному визначають структуру методичної компетентності викладача: через систему компонентів, рівнів або елементів. Між тим, єдиної загальноприйнятої структури методичної компетентності викладача досі не існує.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондаренко Т. Визначення змісту, структури та етапів формування методичної компетентності майбутніх вчителів біології / Проблеми підготовки сучасного вчителя: збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини / [ред. кол.: Побірченко Н. С. (гол. ред.) та ін.]. – Умань: ПП Жовтий О. О., 2012. – Вип. 5. – Частина 2. – С. 150–155.
2. Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства: матеріали III Всеукраїнського науково-практичного круглого столу (6 березня 2018 року); за заг. ред. О. Г. Льовкіної, Р. А. Калениченка. – Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2018. – 335 с.
3. Вітченко А. О., Глазунов С. І. Теоретичні засади вдосконалення методичної компетентності викладачів фізичного виховання та спеціальної фізичної підготовки / Вісник Національного університету оборони України. Зб-к наук. праць. – К.: НУОУ, 2013. – Вип. 2 (33). – С. 22-26.
4. Вітченко А. О. Компетентнісний підхід до підготовки викладача ВВНЗ / А. О. Вітченко, А. Ю. Вітченко // Вісник Національного університету оборони України. – 2012. – № 5 (30). – С.33–37.
5. Ягупов В. В. Компетентнісний підхід до формування змісту професійної підготовки майбутніх бакалаврів технічного профілю (на прикладі спеціальності «Інженерне матеріалознавство») / Наукові записки. Серія: Педагогіка. – 2009. – № 3. - С. 283-287.
6. Ягупов В. В. Компетентнісний підхід до підготовки фахівців у системі вищої освіти / В. В. Ягупов, В. І. Свистун // Наукові записки. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. – 2007. – Том 71. – С. 3–8.

7. Олійник Л.В. Методика формування методичної компетентності майбутніх офіцерів військ зв'язку в процесі практичної підготовки (на прикладі загальновійськових і військово-спеціальних дисциплін) [Текст] : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Олійник Леонід Віталійович ; Нац. ун-т оборони України. – К., 2010. – 259 арк. : табл., рис. – Бібліогр.: арк. 231-259.

8. Зимняя, И. А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования / И. А. Зимняя // Высшее образование сегодня. – 2003. – № 5. – С. 34–42.

9. Скворцова С. О. Теоретична та практична готовність як складові методичної компетентності вчителя математики / С. О. Скворцова // Теорія та методика навчання математики, фізики, інформатики: збірник наукових праць. Випуск VIII; в 3-х томах. – Кривий Ріг: Видавничий відділ НМетАУ, 2010. – Т. 1: Теорія та методика навчання математики. – С. 119-124.

*Олег Скoviра, підполковник,
заступник начальника Військового коледжу сержантського складу з морально-психологічного забезпечення, начальник групи морально-психологічного забезпечення
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного,
Антон Скoviра, курсант
четвертого навчального курсу Інституту морально-психологічного забезпечення
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного*

**ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДОПРИЗОВНОЇ МОЛОДІ ТА
КУРСАНТІВ ВІЙСЬКОВОГО КОЛЕДЖУ СЕРЖАНТСЬКОГО СКЛАДУ**

Тези присвячені військово-патріотичному вихованню молоді як важливому напрямку державної політики та діяльності освітніх установ України. Представлено основні заходи, які заплановано та проводяться з метою підвищення рівня ідеологічної та військово-патріотичної підготовки у Військовому коледжі сержантського складу Національній академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного.

Ключові слова: виховання, військово-патріотичне виховання, патріотизм, заходи військово-патріотичного виховання.

*«У кожному з нас, хочемо ми того чи ні,
закладена частинка Батьківщини.
Не любити Батьківщину так само неприродньо,
як не любити себе».*

Ілля Шевельов

Життя суспільства сьогодні ставить серйозні завдання в галузі виховання і навчання нового покоління. Державі потрібні здорові, мужні, сміливі, ініціативні, дисципліновані, грамотні, патріотично налаштовані люди, які були б готові вчитися, працювати на його благо і, в разі необхідності, встати на його захист.

Таким чином, пріоритетним напрямом виховання молоді в національній системі освіти є військово-патріотичне виховання. Актуальність військово-патріотичного виховання юного покоління зумовлюється процесом формування в Україні громадянського суспільства, становлення єдиної нації. Патріотизм сьогодні є нагальною потребою і для людей, і для держави, оскільки високий рівень патріотизму громадян забезпечить повноцінний гармонійний розвиток як особистості в державі, так і суспільства в цілому. Військово-патріотичне виховання підростаючого покоління забезпечить цілісність народу України, його національне відродження, об'єднання різних етносів і регіонів країни, соціально-економічний і демократичний розвиток України, розбудову та вдосконалення суверенної правової держави, соціально-політичну стабільність у державі та гідне представлення нашої країни у світі.

У світлі цих завдань підвищується значимість військово-патріотичного виховання молоді, так як саме воно повинно здійснити вагомий внесок, а в деяких випадках і вирішальний внесок у справу підготовки умілих і сильних захисників Батьківщини.

На сьогоднішній день державна політика України у сфері військово-патріотичного виховання реалізується відповідно до положень Конституції України, Законів України «Про оборону України», «Про Збройні Сили України», «Про освіту», «Про правовий статус та вшанування пам'яті борців за незалежність України у ХХ ст.», «Про засудження комуністичного та націонал-соціалістичного (нацистського) тоталітарних режимів в Україні та заборону пропаганди їхньої символіки», «Про увічнення перемоги над нацизмом у Другій світовій війні 1939-1945 рр.», «Про присвоєння юридичним особам та об'єктам права власності імен (псевдонімів) фізичних осіб, ювілейних та святкових дат, назв і дат історичних подій», Постанови Верховної Ради України від 12.05.2015 р. № 373-VIII «Про вшанування героїв АТО та вдосконалення національно-патріотичного виховання дітей та молоді», Стратегії національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016-2020 рр. (затверджена Указом Президента України від 13.10.2015 р. № 580/2015) тощо.

Найбільш ґрунтовно питання законодавчого унормування патріотичного виховання висвітлено у Законі України «Про оборону України». Так, у ст. 3 цього Закону визначено, що підготовка держави до оборони в мирний час, поряд з іншим, включає такі складові, як військово-патріотичне виховання громадян України, підготовку молоді до служби в ЗС України, забезпечення престижу військової служби. У ст. 12 зазначається, що серед завдань інших військових формувань, утворених відповідно до законів України, та правоохоронних органів є участь у підготовці громадян України до військової служби, в тому числі допризовній підготовці молоді, підготовці призовників з військово-технічних спеціальностей, забезпеченні призову на строкову військову службу, навчальні та спеціальні збори, а також участь у військово-патріотичному вихованні громадян України.

Сьогодні військово-патріотичне виховання стає пріоритетним напрямом у діяльності освітніх установ. Особливе місце займає патріотичне виховання курсантів військових навчальних закладів, формування в них соціально та професійно значущих якостей, здатних проявитися в тих видах діяльності, які пов'язані з захистом української держави.

З початком збройної агресії проти України у Військовому коледжі сержантського складу проведенню військово-патріотичного виховання приділяється особлива увага, як однієї з складових підготовки не тільки високопрофесійних сержантських кадрів для Збройних Сил України, а й вихованих, високоморальних, патріотично сформованих захисників Батьківщини – гідних патріотів Української держави та її війська.

Нормативними документами для планування та організації військово-патріотичного в навчальному закладі є Стратегія національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016-2020 роки, затверджена Указом Президента України від 13.10.2015 року № 580/2015, Програма військово-патріотичного виховання у Збройних Силах України на 2016-2020 роки із Перспективним планом її реалізації, затверджених наказом начальника Генерального штабу – Головнокомандувачем Збройних Сил України від 30 листопада 2016 року № 445, а також Концепція військово-патріотичного виховання на 2017-2020 роки та Перспективний план основних заходів реалізації Програми військово-патріотичного виховання. Заходи військово-патріотичного виховання плануються в розділі «інформаційно-пропагандистське забезпечення навчально-виховного процесу» перспективного та місячного Плану морально-психологічного забезпечення.

Виходячи з вимог вищезазначених керівних документів основні зусилля командно-адміністративного складу, педагогічних працівників у військово-патріотичному вихованні спрямовані на:

- формування у майбутніх сержантів якостей громадянина-патріота, любові до Батьківщини, духовності, моральності, шанобливого ставлення до національних надбань українського народу, наслідування кращих прикладів мужності та звитяги борців за свободу і незалежність України, зокрема і в ході проведення АТО, ООС;

- розвиток і підтримку кращих державно-патріотичних, військових і бойових традицій, а також запровадження нових сучасних традицій і ритуалів відповідно до завдань Збройних Сил України, вимог часу та специфіки військово-навчального закладу;

- популяризацію та пропагування військової служби, професії захисника Батьківщини;

- співпрацю з органами влади, громадськими, ветеранськими та волонтерськими організаціями військово-патріотичного спрямування, залучення їх до військово-патріотичного виховання курсантської молоді, робота з допризовною молоддю;

- організацію взаємодії з місцевими органами влади щодо гідного вшанування пам'яті воїнів, які віддали своє життя за Батьківщину.

З метою підвищення рівня ідеологічної та військово-патріотичної підготовки у Військовому коледжі сержантського складу Національній академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного проводяться науково-практичні семінари, на яких поширюється досвід у запровадженні ідеологічного та національно-патріотичного виховання, зокрема, базованого на прикладах із АТО, ООС.

Активно сприяє вихованню у курсантів патріотичних почуттів систематичне відвідування ними історико-культурних закладів і установ міста. В Коледжі напруцьовується система відвідування вихованцями театрів, музеїв й інших закладів культури та мистецтва.

Пропаганда військової служби та навчання у Військовому коледжі сержантського складу, зміцнення авторитету вітчизняного війська в українському суспільстві. Вже традиційним стало проведення в навчальному закладі Днів відкритих дверей для представників громадськості, батьків військовослужбовців, допризовної молоді.

Залучення курсантів, майбутніх сержантів до участі із безпосереднього проведення заходів військово-патріотичного виховання. Курсанти всіх спеціальностей активно залучаються до участі у всіх заходах військово-патріотичного виховання. Чітке патріотичне спрямування мають традиційні огляди-конкурси художньої самодіяльності, конкурс виконання народної пісні де курсанти мають нагоду розкрити всі свої мистецькі таланти та організаторські здібності.

У цій роботі не можна недооцінювати такий фактор, що впливає на військово-патріотичне виховання молоді, як сім'я. Серед численних умов і факторів, що впливають на розвиток і виховання курсантів, сім'я є по праву провідним. Яку б сторону розвитку курсантів ми не взяли, завжди виявиться, що саме сім'я відіграє вирішальну роль на тому чи іншому етапі формування такої невиліковним цінності, як патріотизм. Саме з виховання особистості в сім'ї починається формування і розвиток патріотизму. Взаємодія з батьками в даному контексті сприяє дбайливому ставленню до традицій, збереженню вертикальних сімейних зв'язків. Патріотизм – це любов до Батьківщини, відданість їй, прагнення служити її інтересам та готовність до самопожертви під час її захисту. Патріотизм є моральною основою життєздатності держави, важливим мобілізаційним ресурсом розвитку суспільства. Він є цементувальним чинником існування та розвитку будь-яких націй та державності.

Чимало останнім часом говорять про патріотизм, особливо сьогодні, коли постає питання про любов до рідної землі, уміння і бажання її захищати навіть ціною власного життя. Точаться суперечки, кого можна назвати патріотами, адже є люди, які обожнюють красу рідного краю, користуються її благами, але скаржаться на оточення; є такі, що люблять минуле і критикують сьогоднішнє; є й такі, що голосно сповіщають про свою любов до України і народу; є й такі, кого мало хто знає, але вони своєю невтомною

працею примножують матеріальні цінності; є герої, які зі зброєю в руках захищають честь і незалежність своєї держави, віддаючи за неї життя...

Висновок. Військово-патріотичне виховання молоді було й залишається важливим напрямом державної політики України. Його складовою частиною є військово-патріотичне виховання, спрямоване на формування в людини готовності до військової служби. Особливої ваги військово-патріотичне виховання набуває в сучасних умовах, коли Україна стоїть перед серйозними викликами. Протиправна з точки зору міжнародного права анексія Криму Російською Федерацією і воєнний конфлікт у Східній Україні стали для нашої країни серйозним випробуванням її стійкості. Збройні Сили України та інші військові формування повинні комплектуватися мужніми, добре озброєними, навченими воїнами, патріотами своєї Батьківщини. Держава приділяє велику увагу військово-патріотичному вихованню, розглядаючи його як необхідну умову гарантування національної безпеки України.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Про затвердження Концепції національно-патріотичного виховання дітей і молоді, Заходів щодо реалізації Концепції національно-патріотичного виховання дітей і молоді та Методичних рекомендацій щодо національно-патріотичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах: наказ М-ва освіти і науки України від 16.06.2015 р. № 641 // Інформ. зб. та комент. М-ва освіти і науки України. – 2015. – № 7. – С. 70–95 ; № 8. – С. 87–95.
2. Ващенко Г. Г. Виховний ідеал / Григорій Григорович Ващенко – Полтава, 1994. – С. 191.
3. Макаренко А. С. Твори / А. С. Макаренко. – Київ: Радянська школа, 1954. – 366 с.
4. Бех І. Д., Чорна К. І. Програма українського патріотичного виховання дітей та учнівської молоді / І. Д. Бех. – Київ, 2014. – 29 с. ; Бех І. Патріотизм має бути дієвим. Сучасний підхід до патріотичного виховання / І. Бех // Дошкільне виховання. – 2016. – № 8. – С. 2–3.
5. Майдибура А. Національно-патріотичне виховання / А. Майдибура // Позашкілля. – 2012. – № 10. – С. 18–21.
6. Руденко Ю. Основи сучасного українського виховання / Ю. Руденко. – К: вид-во ім. О. Теліги, 2003. – 328 с.

***Валерій Терещенко**, професор, кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання Українського гуманітарного інституту, майстер спорту з десятиборства СРСР, чемпіон і володар Кубку України, чотириразовий переможець першості ВЦРПС, «Заслужений працівник фізичної культури і спорту України», «Заслужений тренер України», суддя Національної категорії з легкої атлетики, відмінник освіти України*

ЗАГАЛЬНІ ПРИНЦИПИ ПОБУДОВИ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В СИСТЕМІ ОСВІТИ

Акцент робиться на загальні принципи в теорії і практиці виховання та загальнопедагогічні принципи, оскільки вони відображають загальні педагогічні закономірності, що діють і в сфері фізичного виховання. Перераховано: форми навчання (самостійна, контрольована, самостійно-контрольована); завдання, які стоять перед викладачем у процесі навчання, методичні принципи, що використовують при навчанні руховим діям.

Ключові слова: загальні принципи, теорії та практика виховання, загальнопедагогічні принципи, педагогічні закономірності, фізичне виховання, форми навчання, самостійна, контрольована, самостійно-контрольована, завдання, викладач, навчання, методичні принципи, рухові дії.

Постановка проблеми. Під загальними принципами в теорії та практиці виховання маються на увазі ті, найбільш важливі положення, які направляють діяльність вихователя до поставленої мети. При всій своєрідності підходів, можливих у різних випадках виховної практики, вони лише тоді призводять до дійсно цінних результатів, коли узгоджуються (а не вступають в протиріччя) з об'єктивними закономірностями виховання. Практичне значення принципів, сформульованих на основі пізнання даних закономірностей, в тому і полягає, що вони дозволяють не блукати на шляху до мети, переслідуваної у вихованні, розкривають логіку рішення, деталізують її завдання, окреслюють основні правила їх реалізації. Серед принципів мають основне значення як ідейної основи системи виховання в цілому загальні соціальні принципи виховної стратегії суспільства. Такими в умовах суспільства є принципи, які передбачають поєднане використання соціальних чинників спрямованого розвитку. У сфері фізичного виховання ці принципи зобов'язують гарантувати єдність усіх сторін виховання у процесі фізичного виховання, здійснювати всебічну фізичну підготовку підростаючого і дорослого покоління до трудової та інших суспільно важливих видів діяльності, всіляко сприяти розвитку життєвих сил і здібностей людини як найвищої цінності суспільства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У фізичному вихованні повинні отримувати своє конкретне втілення і загальнопедагогічні принципи, оскільки вони відображають загальні педагогічні закономірності, що діють і в сфері фізичного виховання.

У загальній педагогіці такі принципи сформульовані стосовно до закономірностей навчання (дидактичні принципи). Дидактичні принципи містять ряд універсалів методичних положень без дотримання яких неможлива раціональна методика не тільки в навчанні, а й взагалі ні в одному з основних аспектів педагогічної діяльності. У цьому відношенні вони являють собою загально методичні принципи. Саме в такій якості вони затвердилися і в методиці фізичного виховання. Їх зміст тут отримав свою конкретизацію відповідно до особливостей цього виду виховання. Названі принципи є свого роду загальним керівництвом до дії у всіх сферах виховання.

Процес навчання властивий усьому живому світу. Цей процес по-своєму проявляється в житті тварин і досягає найбільш високої форми свого прояву в житті людини. Від набуття досвіду виживання до самовдосконалення – такий діапазон процесу навчання.

Будучи однією з основних сторін фізичного виховання, у процесі навчання яскраво виражені два моменти: повчальна діяльність викладача(викладання) і навчально-пізнавальна діяльність тих, що навчаються (вчення). Суть процесу навчання – взаємодія викладача і тих, що навчаються з метою передачі знань, умінь, навичок першими і придбання їх другими з наступним вдосконаленням.

Мета. У сфері фізичного виховання вивчення і вдосконалення рухових дій є ядром навчання, оскільки рухова діяльність розглядається тут як об'єкт, як засіб і як мета вдосконалення.

Результати дослідження. Можна виділити такі форми навчання: самостійна, контрольована, самостійно-контрольована [2].

При самостійній формі навчання спортсмен сам вивчає ті або інші дії аналізує їх підбирає засоби навчання. Ця форма ефективна при вивченні простих рухів.

При контрольованій формі навчання викладач виступає в ролі учителя-наставника, який навчає спортсмена тим або іншим діям, аналізує їх, підбирає методи і засоби навчання, виправляє різні неточності в діях учня. Ця форма застосовується майже у всіх випадках, особливо на перших етапах навчання.

При самостійно-контрольованій формі навчання викладач навчає студента, студент аналізує свої дії, викладач контролює не виконання цих дій, а аналіз самого студента. Ця форма застосовується у вдосконаленні техніки рухів, при вивченні нової техніки вправ студентом.

Студента завжди потрібно розглядати як особистість, індивідуальність, враховуючи його психічні й фізичні можливості та здібності, інтереси і схильності, перспективи його розвитку.

У процесі навчання перед викладачем стоять такі завдання: уміти розрізняти психологічні особливості кожного студента; уміти дохідливо пояснювати новий матеріал з урахуванням психологічних особливостей студентів; уміти сформулювати завдання так, щоб студенти його зрозуміли і виконали якомога точніше; уміти вибрати правильну тактику спілкування з кожним студентом з урахуванням їх психологічних особливостей.

Потрібно пам'ятати, що в процесі навчання на перший план виступають не знання викладача, а здатності кожного студента.

При навчанні руховим діям використовують такі методичні принципи: свідомість; наочність; систематичність, поступовість; повторність; індивідуальність; всебічність; безперервність.

Принципи навчання обумовлюють і визначають його науково обґрунтовану побудову й ефективне виконання. Ці принципи запозичені з педагогіки. Але в зв'язку зі специфічними особливостями занять фізичними вправами (значні нервові і фізичні навантаження, необхідність підвищення функціональних можливостей організму студента й ін.) вони розвивалися щодо до процесу фізичної підготовки. Крім того, виникли нові принципи, що відображають особливості процесу фізичної підготовки.

Сьогодні таких принципів, правил і науково обґрунтованих положень, що обумовлюють і визначають побудову однорічної та багаторічної підготовки, дуже багато. Вони відображають різні закономірності, облік яких обов'язковий у побудові і здійсненні процесу підготовки, це: єдність людини і зовнішнього середовища, функціональний взаємозв'язок органів і систем в організмі; відповідність тренувальних навантажень функціональним і адаптаційним можливостям організму, чи регулярність та безперервність тренування, її варіативність хвилеподібність; органічний зв'язок загальної і спеціальної фізичної підготовки; відповідність використовуваних засобів і методів задачам навчання, гіперкомпенсація у відбудовних процесах і багато чого іншого [1-6].

Висновок.

Самостійні заняття фізичними вправами повинні бути обов'язковою складовою здорового способу життя студентів. Самостійні заняття заповнюють дефіцит рухової активності, сприяють більш ефективному відновленню організму після стомлення, підвищенню розумової й фізичної працездатності, поліпшують здоров'я людини. Здорова людина – життєрадісна людина, оптимістично налаштована, її інтереси більш широкі й різноманітні, їй легше долати життєві перешкоди, боротися з труднощами на шляху до мети. Таким чином, здоров'я необхідне для життя і є правильним уміти його зберігати. Один із шляхів до цього – систематичні, самостійні заняття фізкультурою і спортом. Приступаючи до регулярних самостійних занять, необхідно навчитися оцінювати різні сторони своєї рухової підготовленості й особисті досягнення. Планування самостійних занять повинне здійснюватися студентами під керівництвом викладачів фізичного виховання. Перспективні плани самостійних занять доцільно робити на весь період навчання, тобто на 2-5 років.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье / Н. М. Амосов. – М.; 1987.
2. Бойко В. Развитие силовых качеств у студентов-хорстингистов / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хорстингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104-112.
3. Булич Э. Г. Здоровье человека / Э. Г. Булич, И. В. Муравов. – К.; Олимпийская литература, 2003. – 424 с.

4. Рибковський А. Г. Функція мотивації в управлінні спортивним тренуванням / А. Г. Рибковський, В. І. Терещенко // Теорія і практика фізичного виховання. – 2004. – № 2. – С. 206-210.

5. Рибковський А. Г. Управління у спортивно-педагогічних системах: монографія / А. Г. Рибковський, В. І. Терещенко. – Ірпінь: Національна академія / ДПС України, 2006. – 284 с.

6. Теория и методика физического воспитания / под.ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Т.І. – 432 с.

Віта Хіміч,

*аспірант, викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту
Хмельницького національного університету,*

Наталія Демченко,

*старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту
Хмельницького національного університету*

ВИКОРИСТАННЯ НАРОДНО-ХОРЕОГРАФІЧНИХ ЕЛЕМЕНТІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ ВИХОВАННЯ ПАТРІОТИЗМУ

У тезах розглядається використання народно хореографічних елементів, які ефективно впливають на виховання патріотизму на уроках з фізичної культури. Здійснено характеристику патріотизму, підкреслюють важливість патріотичного виховання в школі. Приділено увагу вихованню патріотизму на уроках з фізичної культури засобами народно хореографічного мистецтва.

Ключові слова: патріотизм, урок, фізична культура, народно хореографічне мистецтво.

Актуальним для України є збереження національних традицій засобом народно-хореографічного мистецтва. На уроках з фізичної культури використовуються елементи народної хореографії для виховання патріотизму. Багато дослідників роблять численні спроби розглянути проблему вияву патріотизму в різних історичних умовах залежно від особистої позиції. Питання патріотичного виховання перебуває у полі зору науковців [3; 7; 8]. Приділено увагу патріотичному вихованню на уроках «Захист Вітчизни» і фізичній культурі. Так, у шкільній програмі з фізичної культури запропоновані варіативні модулі «професійно-прикладна фізична підготовка» і «хортинг». Варіативний модуль «професійно-прикладна фізична підготовка» спрямований на розвиток основних професійно-прикладних фізичних якостей учнівської молоді, формування прикладних умінь та рухових якостей. У цей модуль включені теоретичні відомості з питань національно-патріотичного виховання учнівської молоді [5]. Основною метою варіативного модуля «хортинг» є зміцнення здоров'я та всебічна підготовка учня, яка ґрунтується на національних традиціях українського народу. В варіативному модулі «хортинг» вдало поєднується військово-патріотичне виховання учнівської молоді зі спеціальною фізичною підготовкою.

Патріотичне виховання є однією з найважливіших проблем сучасного суспільства.

Наша *мета* проаналізувати та описати виховання патріотизму на заняттях з фізичної культури засобами народно хореографічного мистецтва.

Мета передбачає теоретично дослідити особливості виховання патріотизму на заняттях з фізичної культури засобами народно хореографічного мистецтва та обґрунтувати перспективи подальших досліджень.

Патріотизм (від гр. patriotes – батьківщина) – любов до своєї батьківщини, відданість своєму народові, гордість за свій народ, прагнення захистити його надбання, продовжити примноження його загальнолюдських і національних морально-духовних цінностей. Патріотизм проникає в усе, що пізнає, робить, до чого прагне і що робить

особистість [4]. Як зазначав В. Сухомлинський, патріотизм, як діяльна спрямованість свідомості, волі, почуттів діалектично пов'язаний з освіченістю, естетичною й емоційною культурою, світоглядною стійкістю, творчою працею. Виховання патріотичної свідомості, почуттів і переконань неможливо відокремити від складного цілісного процесу формування особистості. Джерелами патріотичного виховання є рідне слово батька і матері, рідна оселя, героїчне минуле народу, життєдіяльність історичних постатей народу, народні традиції, народна культура, народний танець, народні пісні.

Патріотичне виховання молодого покоління є найважливішим завданням сучасної школи. У підлітків виробляються відчуття гідності за власну Батьківщину і власний народ, пошани до його великих звершень і гідних сторінок минулого. Формування патріотизму залежить від поставлених виховних цілей загальноосвітньої школи, її роль в цьому сенсі неможливо недооцінювати.

Педагоги сучасності роблять акцент на пріоритетних напрямках національно патріотичного виховання в навчально-виховній роботі на заняттях і поза ними.

Нами розроблено варіативний модуль «танцювальний хортинг» з елементами народно хореографічного мистецтва.

Народно хореографічне мистецтво – це потужний чинник гуманізації суспільства, розвитку духовності та моральності, відродження національних традицій. В. Верховинець, видатний український фольклорист, етнограф і хореограф, у книзі «Теорія українського народного танцю» зазначав, що українське хореографічне мистецтво вивчає народні танці, які «...наповнюють душу естетичним задоволенням, мають свою особливу мову, яка завжди свіжа, нова і мила...» [2].

На розвиток народного хореографічного мистецтва в Україні останнім часом позитивно вплинули Укази Президентів України «Про проведення Всеукраїнського огляду народної творчості», «Про проведення Всеукраїнського фестивалю-конкурсу народної хореографії імені Павла Вірського», присвяченого 100-річчю від дня народження видатного українського балетмейстера [6]. Головними завданнями державної політики у сфері освіти є гармонійний розвиток особистості, зміцнення здоров'я та формування здорового способу життя. Саме це забезпечує в загальноосвітній школі предмет «фізична культура». Ці завдання реалізуються наступною правовою базою: Закони України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт» та концепція національно-патріотичного виховання дітей та молоді.

Видатний хореограф В. Верховинець стверджував, що «у процесі занять народним танцем формуються духовні цінності майбутнього громадянина-патріота України» [2]. Це сприяє формуванню почуття патріотизму, національної свідомості, любові до українського народу, гордості за його історичне минуле; розвитку кращих рис української нації – працелюбності, поваги до батьків та родини, свободолюбивості, дбайливого ставлення до природи; ознайомленню, а згодом і детальному вивченню кращих зразків культурної спадщини народу, формуванню ціннісного усвідомлення її багатства та неповторності [6].

Головним атрибутом кожної нації, є її першочергові елементи, які ідентифікують її, відрізняють з-поміж інших, а саме культура, віра тощо. Нація, яка не береже свою культуру, не цікавиться її розвитком, приречена стати безкультурною біомасою. На думку О. Бігус одне із першочергових завдань держави сьогодні полягає вихованні патріотизму українців через мистецтво, зокрема через народний танець, який за допомогою пластичного вирішення, лексичних прийомів у поєднанні з музикою передає ідею і суть задуму. Український народний танець у різних регіонах України має свої лексично-стилістичні особливості, пронизаний національним духом, насичений багатством українських традицій. Який би танець ми не розглядали: чи славнозвісний гопак, чи поліську польку, чи слобожанську кадрили, чи подільський козачок, чи гуцулку з Українських Карпат – у кожному з них присутня багата українська традиція [1].

Відомий філософ, історик, дипломат В. Липинський, цілком об'єктивно і актуально зазначив: «Без традиції нема культури, без культури нема нації». На необхідність збереження і розвитку української національної культури вказує О. Бігус, на її думку в культурі відображено наші звичаї і традиції, закладено основи патріотизму і формуються почуття національної гідності українців. А це вкрай важливо для подальшого становлення нас як нації. Використання народно хореографічних елементів, на занятті з фізичної культури, є ефективним чинником формування цілісного ставлення учня до навколишньої діяльності та самого себе, активної за формою та моральної за змістом життєвої позиції. Як стверджував В. Верховинець, у процесі занять народним танцем формуються духовні цінності майбутнього громадянина-патріота України [1].

Висновки. Таким чином особливості виховання патріотизму на заняттях з фізичної культури з використанням народно хореографічного мистецтва має велике значення, як засіб національної свідомості в учнів. Українське народно хореографічне мистецтво унікальне явище української культури.

Різноманітність, професійна досконалість та доступна хореографічна мова народно хореографічного мистецтва надає надзвичайні переваги у всебічному розвитку та вихованні школярів. Воно має свою самобутність, високий творчий потенціал. Українське народно хореографічне мистецтво піднімає престиж не тільки українського мистецтва, а й нації і держави, виховуючи любов до Батьківщини, до традицій та культури свого народу.

На уроках з фізичної культури доцільно використовувати елементи народно хореографічного мистецтва, адже це має суттєвий вплив на виховання патріотизму. Засобами народної хореографії розвиваємо в учнях найкращі риси особистості й звертаємо увагу на її високе призначення. Існує потреба в подальшому дослідженні використання народної хореографії на заняттях з фізичної культури.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бігус О. Тема патріотизму і національні традиції українців в українській народній хореографії/ О.Бігус. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <file:///C:/Users/user/Desktop/патриотичнвиховання/нац.патриотичневиховання/Бігус>.
2. Верховинець В.М. Теорія українського народного танцю / В. М. Верховинець. – 5-те вид., доп. – К.: Муз. Україна, 1990. – 150 с.
3. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.
4. Орфографічний словник української мови [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.rozum.org.ua/index.php?a=index&d=21>
5. Ребрина А. А., Професійно-прикладна фізична підготовка. Фізична культура в школі. 5-11 класи./А.А.Ребрина, Л.М.Пустолякова Для керівників закладів освіти, класних керівників, методистів та учителів фізичної культури, батьків» за ред. С. М. Дятленка. –К.: Літера. ЛТД, 2011. – 338 с
6. Сарвілова Д. Народна хореографія як засіб залучення молодших школярів до пізнання та збереження традицій свого народу /Д. Сарвілова / Проблеми підготовки сучасного вчителя № 6 (Ч. 2), 2012 [Електронний ресурс] – Режим доступу: <file:///C:/Users/user/Desktop/9.pdf>
7. Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014-2018. – Вип. 1-9.
8. Хіміч В. Патріотичне та професійно-прикладне виховання молоді на заняттях з фізичної культури засобами хореографічного мистецтва / В. Хіміч, А. Ребрина // Нові технології навчання, № 88. –2017. – С. 29-31.

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ: РЕКРЕАЦІЯ, ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

УДК 159.938:-613.954

Валерій Берзінь,

доктор медичних наук, професор

Національного медичного університету імені О. О. Богомольця,

Оксана Берзінь,

студентка Національного медичного університету імені О. О. Богомольця

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

У роботі показано вплив фізичного виховання на формування здорового способу життя дітей та підлітків.

Ключові слова: діти та підлітки, фізичне виховання, здоровий спосіб життя.

Здоровий спосіб життя пов'язаний з вибором особистістю позитивного по відношенню до здоров'я стилю життя, поведінки, які сприяють збереженню, відновленню та зміцненню здоров'я. Одним із оздоровчих чинників, що сприяють росту і розвитку дітей та підлітків, збереженню та зміцненню їх здоров'я є оптимальний руховий режим [1].

Фізичне виховання має різнобічний сприятливий вплив лише в тому разі, якщо воно здійснюється у відповідності з морфофункціональними можливостями та урахуванням віку, статі, індивідуальних особливостей життєдіяльності дитини.

Метою роботи було вивчення впливу фізичного виховання на формування здорового способу життя дітей та підлітків.

Основною формою фізичного виховання учнів у навчально-виховних закладах різного типу є урок фізичного виховання. Структура уроку, дозування фізичного навантаження на уроках зумовлені віковими особливостями та станом здоров'я учнів. Реформи освіти практично не змінили основ організації уроку фізичного виховання. Важлива увага на уроках фізичного виховання від першого до останнього років навчання приділяється дозуванню фізичного навантаження на організм учнів незалежно від типу навчального закладу. Інтенсивність фізичного навантаження на уроках фізичного виховання стає одним із основних чинників, що впливає на формування стану здоров'я дітей та підлітків [2; 3].

Спостереження щодо умов проведення уроків фізичного виховання в закладах освіти різного типу показало, що освітленість, параметри мікроклімату коливалися в межах допустимих величин. Площа фізкультурних залів в основному відповідала кількості учнів під час занять. Умови та стан фізичного виховання були важливими чинниками, які впливали на якість життя дітей.

Аналіз динаміки показників захворюваності та її структури показав значні відмінності у різних вікових групах школярів. Т.ч. дослідження свідчать, що організація фізичного виховання, врахування вікових морфофункціональних особливостей є важливим формуючим фактором щодо стану здоров'я учнівської молоді, якості життя та навичок здорового способу життя.

Результати досліджень послужили основою для розробки медико-психологічних рекомендацій щодо збереженні і зміцнення здоров'я та управління процесом формування здорового способу життя учнівської молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Берзінь В. І. Формування змісту профілактичної роботи зі збереження та зміцнення здоров'я дітей та підлітків у навчально-виховних закладах / В. І. Берзінь, В. П. Стельмахівська / Здоров'я суспільства. – 2016. – № 3–4. – С. 64–68.

2. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.

3. Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014-2018. – Вип. 1-9.

Сергій Болтівець,

доктор психологічних наук, професор,

завідувач Відділу розвитку молодіжної політики

державного інституту сімейної та молодіжної політики України

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ХОРТИНГОВОЇ РЕКРЕАЦІЇ САМОПОЧУТТЯ

У статті обґрунтовано актуальність відродження хортингового гартування української молоді на психофізіологічних основах ідентифікації молодого людини у власному самоусвідомленні. Її індивідуально-психологічне відображення втілюється у психофізіологічних параметрах спеціально створених з цією метою і виготовлених психологічних устроїв: «Дужінь», «П'ятра», «Рінь» та інших, які відзначаються унікальністю і задумом, і технічного виконання. Основною засадою, що втілюється наведеними засобами об'єктивізації індивідуального самоусвідомлення психофізичних здатностей, є методологія спільності, яка включає всіх і не відкидає нікого з людської популяції, хто бажає та співмірно з можливостями власного психофізичного розвитку долучається до хортингування як джерела вираження задатків власних індивідуальних здібностей.

Ключові слова: ціложиттєва проєкція, індивідуально-психологічне відображення, психофізіологічні параметри, задатки індивідуальних здібностей, емоційно-вольова регуляція, психомоторний праксис мислення.

Власне самоусвідомлення у співвіднесенні себе з майбутньою ціложиттєвою проєкцією самоздійснення вимагає певності і надійності засадничих підвалин. На цьому ґрунтована ідентифікація молодого людини і молоді як вікової спільноти у власному самоусвідомленні, – її становлення, вибудовування індивідуального життєвого статусу, його впорядкування, творення і узвичаєння. І саме на такій методологічній основі здійснюється відродження хортингового гартування української молоді.

Пошук юною людиною власного «Я» в умовах стрімкої соціальної змінюваності зумовлює виникнення потреби в певності, надійності, ґрунту для зведення міцної будови уявлень про все своє наступне життя. Такою основою є індивідуально-психологічне відображення власної неповторності, увиразненої у психофізіологічних параметрах спеціально створених з цією метою і виготовлених Київським заводом «Телеком-пневматик» виробничого об'єднання «Медапаратура» психологічних устроїв «Дужінь», «П'ятра», «Рінь» та інших, які відзначаються унікальністю і задумом, і технічного виконання.

Так, психологічний устрій «Дужінь» призначений для визначення і розвитку здатності до емоційно-вольової саморегуляції людини без вікових обмежень, як правило, починаючи з трирічного віку – з набуттям здатності до наслідувального відтворення психомоторної дії з розведення в протилежні сторони двох півкуль і зосередження на їх поверненні до первинно сприйнятої форми власної цілісності. Психологічний устрій забезпечує з'ясування наявності і розвиненості первинного контролю імпульсів, що характеризують індивідуальні особливості поведінки. Важливе значення ці можливості психологічного устрою мають для визначення особливостей психомоторних процесів та мозкового самоконтролю власної діяльності, що дозволяє індивідуалізувати рекреаційну роботу для осіб з синдромом дефіциту уваги, гіперактивністю, іншими психічними розладами.

«Дужинь» є семантичною метологемою, що виражає дужість як властивість вольового зусилля у вимірі її вираженості, тобто, наявність і вираженість сили волі.

Семантична метологема п'ятри містить вчинковий підхід, запропонований і теоретично обґрунтований В. А. Роменцем наприкінці ХХ ст. «П'ятра» – призабута українська назва спеціальних місць, як правило, п'яти полицок, в які гончар ставить або вставляє готовий, щойно виготовлений глиняний виріб. Нині можна стверджувати, що п'ятрою позначалась узвичаєна кількісна норма гончарного виробництва. Процес перенесення з гончарного верстату на сушильне місце гончарного виробу – це психомоторна вправа, яка потребує відповідних психофізичних здатностей і належного для проведення цієї психомоторної операції психофізіологічного стану. Психологічний устрій «П'ятра» відображає ці п'ять умовних місцинок, в які вставляється стрижень, спочатку скляний, який було багатократно розбито у процесі вправлення і так само багатократно склеєно. Тому, ми замінили його дюралюмінієвим, що своєю формою відтворює основні обриси глиняного виробу. Тобто – аналогія.

Поряд з цим, виготовлений Київським підприємством медичної і санітарно-гігієнічної апаратури «Телеком-пневматик» психологічний устрій «П'ятра» містить субтест вимірювання психомоторного праксису мислення «Рінь», назва якого походить від позначення кулястої гальки, виточеної стрімким плином бурхливої ріки. Особливо гарний цей субтест за привабливістю для пацієнта, можливістю швидкого виконання і точністю при розрізненні показників розумового розвитку від F-70-73: тяжка, важка, помірна і легка розумова відсталість, зокрема, як наслідок важких черепно-мозкових травм, визначенні психічної норми і особливої розумової здібності.

Висновки

1. Психофізіологічні основи хортингової рекреації самопочуття включають визначення об'єктивних психомоторних показників стану здоров'я, валідність яких ґрунтується на спільних методологічних засадах. Ця спільність включає всіх і не відкидає нікого з людської популяції, хто бажає та співмірно з можливостями власного психофізичного розвитку долучається до хортування як джерела втілення задатків своїх індивідуальних здібностей.

2. Відродження хортового гартування української молоді має в своїй основі ідентифікацію молодої людини у власному самоусвідомленні, – її становлення, вибудовування індивідуального життєвого статусу, його впорядкування, творення і узвичаєння. Такою основою є індивідуально-психологічне відображення власної неповторності у психофізіологічних параметрах психологічних устроїв «Дужинь», «П'ятра», «Рінь» та інших, які відзначаються унікальністю і задуму, і технічного виконання [1; 2].

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – 202 с.

2. Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014-2018. – Вип. 1-9.

Надія Довгань,

доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри спеціальної освіти, здоров'я та соціального забезпечення Миколаївського міжрегіонального інституту розвитку людини «Університет «Україна»

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИЙ СУПРОВІД СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Розглянуто актуальні проблеми інклюзивної освіти студентів з особливими потребами у фізкультурному напрямку. Окреслено недоліки щодо фізичного виховання

студентської молоді з інвалідністю, котрі забезпечують успішність здійснення навчально-професійної діяльності. Представлено авторську концептуальну модель фізкультурно-спортивного супроводу студентів з особливими потребами у закладах вищої освіти. Виділено основні напрями концептуальної моделі: цільовий, прогностичний, методичний, змістовно-процесуальний та організаційно-управлінський.

Ключові слова: фізкультурно-спортивний супровід, студенти з особливими потребами, фізична реабілітація, фізкультурний напрямок, інклюзивна освіта, концептуальна модель, фізичне виховання, студентська молодь, педагогічні технології, заклади вищої освіти.

Розвиток системи вищої освіти в Україні потребує впровадження нових педагогічних технологій, форм і методів роботи зі студентами з особливими потребами в умовах вищого навчального закладу. Все більше уваги в роботі з такою категорією студентів приділяється створенню умов, які урахуватимуть їхні потреби і можливості. Тенденція до збільшення кількості студентів з особливими потребами загострила ряд проблем, пов'язаних із отриманням ними вищої освіти.

В останні роки у наукових дослідженнях впроваджуються спроби фізкультурно-спортивного супроводу щодо фізичного виховання студентської молоді з інвалідністю, яке розпочинається з перших днів навчання у закладах вищої освіти. Однак, педагогічні технології фізкультурно-спортивного супроводу, які впроваджуються на заняттях з фізичного виховання студентів з інвалідністю недостатньо науково обґрунтовані і, насамперед, з позиції соціально-економічних умов, що складаються, і в зв'язку з цим не знаходять підтримки у викладачів та практиків.

Головними з них є: низька ефективність інклюзивної освіти у фізкультурному напрямку, малоефективного дидактичного наповнення практичного розділу, сукупність компонентів, що забезпечують, особливо, кадрове, методичне, матеріально-технічне та фінансове забезпечення, пасивне відношення студентів з інвалідністю до фізичного виховання.

На наш погляд, основними причинами недостатньої ефективності фізичного вдосконалення студентської молоді з інвалідністю в Україні у сучасних умовах є: відсутність чіткого функціонального, ієрархічного, процесуального уявлення та оформлення системи інклюзивної освіти з фізичного виховання студентів, перш за все, на рівні закладів вищої освіти. Причиною є і те, що сформована у закладах вищої освіти фізичне виховання для студентів з інвалідністю, як правило, не володіє набором системних параметрів, недостатністю впровадження у навчально-виховний процес сучасних інноваційних здоров'язберігаючих технологій. Недостатня обізнаність не дає можливості студенту з особливими потребами відчутти себе учасником навчально-виховного процесу, в якому враховані його інтереси, знання, досвід та інші індивідуальні ресурси щодо розвитку фізичних якостей, збереження здоров'я під час навчально-професійної діяльності. Завдяки цьому до студентів повертається відчуття повноцінного життя, яке було втрачене в результаті травми або хвороби [1].

Усунення названих суперечностей, на наш погляд, потребує насамперед розробки та впровадження науково-обґрунтованих педагогічних технологій, можливості яких у закладах вищої освіти використовуються ще недостатньо. Розв'язання означених протиріч можливе за умови створення у закладах вищої освіти моделі фізкультурно-спортивного супроводу до якої буде здійснюватися організація занять з фізичного виховання студентів з особливими потребами.

Метою нашого дослідження є розкриття фізкультурно-спортивного супроводу студентів з особливими потребами у закладах вищої освіти.

З огляду на це, нами здійснена спроба створення авторської концептуальної моделі фізкультурно-спортивного супроводу навчального процесу студентів з особливими потребами з фізичного виховання, котра інтегрує у себе: наукові, психолого-педагогічні

та організаційно-управлінські наукові підходи до організації освітнього процесу у закладах вищої освіти. Модель фізкультурно-спортивного супроводу навчального процесу студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання як відображення авторських поглядів на супровід навчального процесу зі студентами з особливими потребами на практичних заняттях з фізичного виховання складається з таких блоків: цільовий, прогностичний, методичний, змістовно-процесуальний та організаційно-управлінський.

Цільовий блок розкриває мету фізкультурно-спортивного супроводу: формування фізичної культури молоді з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання, яка ґрунтується на всебічному фізичному та психічному самовдосконаленні студентів шляхом залучення до здорового способу життя, створенні особистої зацікавленості у корисності систематичної рухової активності, що є передумовою досягнення життєвого успіху та впевненості у власних силах.

Концептуальна модель побудована на організаційно-методичних засадах занять з фізичного виховання закладів вищої освіти і відповідає основним завданням:

1. Засвоєння оздоровчо-реабілітаційних програм із використанням різних форм фізичної культури.

2. Підвищення рівня здоров'я та вдосконалення фізичного розвитку особистості студентів з інвалідністю та суттєве підвищення їхньої фізичної працездатності.

3. Виховання у студентів з особливими потребами стійкої потреби у фізичному самовдосконаленні, самопізнанні та самооцінці.

Мета і завдання пропонованого процесу виховання фізичної культури студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання до випускників детерміновані сучасними соціальними вимогами до студентської молоді, задекларованими в освітніх стандартах.

Педагогічний процес виховання фізичної культури студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання відбувається за рахунок реалізації всіх складників компонентів педагогічної системи з фіксованим результатом, у процесі якого відбувається розвиток особистості студента. При впровадженні фізкультурно-спортивного супроводу створюються об'єктивні передумови для подолання однобічності і фрагментарності підготовки фахівців у закладах вищої освіти, педагогічний процес набуває комплексного та цілісного характеру. Гуманістична спрямованість педагогічного процесу визначається як цілеспрямована інтеграція біологічних і соціальних потреб, інтелектуальних і моральних аспектів, уміння застосовувати здоров'язбережувальні технології для розвитку професійно значущих якостей особистості, підвищення їх соціальної активності, навчально-пізнавальної продуктивності та духовності протягом навчання у закладах вищої освіти. Критерієм результативності фізкультурно-спортивного супроводу є сформованість фізичної культури студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного на етапі навчання і професійного ставлення.

Прогностичний блок моделі представляє функціонально пов'язані між собою компоненти фізичної культури особистості студента з особливими потребами: інтелектуально-розумовий – усвідомлення змісту і сенсу фізичної культури, її цінності, формування духовно-морального імперативу і створення на цій підставі індивідуальної (персональної) концепції здоров'я; мотиваційно-ціннісний – переживання емоції бажання займатись фізичним самовихованням та самовдосконаленням, формуванні духовної рішучості до виховання фізичної культури; рухово-діяльнісний – готовності здійснювати активну рухову діяльність на заняттях з фізичного виховання, спрямовану на збереження власного здоров'я, покращення фізичної форми, удосконалення тілесності, досягнення спортивних результатів та власної досконалості.

Методичний блок моделі містить наукові підходи, дидактичні принципи, методи, форми та засоби, реалізація котрих сприяє ефективному здійсненню процесу виховання фізичної культури студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання.

Методичний блок у нашому дослідженні відображає інноваційні педагогічні технології, які включають методи, форми та засоби виховання фізичної культури студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання.

Змістовно-процесуальний блок нами визначався чотирма етапами фізкультурно-спортивного супроводу: перший етап – пошуковий, на якому визначалося формулювання мети та завдання, визначення психофізичних характеристик студентів з особливими потребами та розподіл на основі медичного обстеження та рівнів фізичної підготовленості на групи: спеціально-медична, загально-фізичної підготовки, спортивні секції з окремих видів спорту.

Організаційно-управлінський блок передбачав запровадження певних психолого-педагогічних умов формування у студентів з особливими потребами готовності до занять з фізичного виховання. Такими умовами визначено:

1) створення здоров'язберігаючого освітнього середовища як простору можливостей індивідуального вибору траєкторії фізичного розвитку та форм фізкультурно-оздоровчої роботи;

2) формування усвідомленої мотивації студентів з особливими потребами до включення у фізкультурно-оздоровчу роботу та стійкої потреби у фізичному самовдосконаленні;

3) удосконалення змісту інтерактивних та мультимедійних здоров'язбережувальних технологій на заняттях з фізичного виховання студентів з особливими потребами;

4) урахування вікових та індивідуальних особливостей студентів з особливими потребами, персоніфікація процесу фізкультурно-оздоровчої діяльності;

5) становлення суб'єктності та підвищення педагогічної майстерності викладачів фізичного виховання як чинника досягнення якості здоров'язберігаючої освітньої діяльності.

Таким чином, запропонована модель фізкультурно-спортивного супроводу навчального процесу студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання, на нашу думку, може бути використана при проектуванні освітнього середовища закладів вищої освіти України, оскільки спроектований конструкт моделі фізкультурно-спортивного супроводу навчального процесу студентів з особливими потребами на заняттях з фізичного виховання при її реалізації на практиці сприяє формуванню, збереженню і зміцненню здоров'я, індивідуалізації, самопізнанню, саморозвитку та досягненню фізичного розвитку особистості шляхом раціональної організації життєдіяльності на основі сприяння фізично-духовній гармонії студентів з особливими потребами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Професійний розвиток особистості в євроінтеграційному просторі: монографія / А. М. Старєва, О. А. Шевченко, І. П. Єрмакова та ін. – Миколаїв: Іліон, 2018. – 242 с.

Наталія Євдокимова,

*доктор психологічних наук, професор, проректор з наукової роботи
Міжнародного класичного університету імені Пуліпа Орлика*

ІННОВАЦІЙНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ОЗДОРОВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

Охарактеризовано інноваційні педагогічні технології оздоровлення студентів з обмеженими можливостями. Розкрито основні складові психолого-соціальної адаптації студентів. Визначено основні напрями здоров'язберігаючих технологій студентів з обмеженими можливостями. Наведено методичні основи занять пілатесом, які

передбачають врахування низки особливостей студентського контингенту, його власного здоров'я, розвитку фізичних якостей та психофізичної підготовленості.

Ключові слова: фізична реабілітація, інновація, здоров'я, педагогічні технології, студенти з обмеженими можливостями, фізичні якості, психофізіологічна підготовка, навчально-виховний процес.

На сьогодні навчання людей з особливими потребами у вищих навчальних закладах стає однією з умов інтеграції їх у суспільство. Однак, якісне навчання молоді з особливими потребами залежить не тільки від втілення сучасних освітніх і оздоровчих технологій у навчальний процес вузів, але і від оточуючого середовища, в якому студенти з особливими потребами почувалися б комфортно. У Міжнародному класичному університеті імені Пилипа Орлика інтегроване студентське середовище - це соціально-психологічний феномен, метою якого є сприяння соціалізації особистості, підняття рівня якості її життя, наповнювання її новим змістом, емоціями, який обумовлює рівноцінне спілкування, навчання, розваги, відпочинок та інші форми нормального існування і студентів з особливими потребами, і студентів, які не мають вад та захворювань.

Зрозуміло, що у кожного студента з інвалідністю є певні особливості й обмеження, що ускладнюють навчання. Для роботи з такими людьми, на нашу думку, потрібно впроваджувати у навчально-виховний процес спеціальні методи, педагогічні технології й адаптаційні технічні засоби. Як правило, такі студенти дуже допитливі й старанні, але мають певні проблеми: прогалини у знаннях, підвищену втомлюваність, замкненість, низьку самооцінку, вразливість. При цьому для них не можна уповільнювати темп навчання або зменшувати кількість пар, адже це знижує якість фахової підготовки. Тому і впроваджується система супроводу їх навчання, всебічної психолого-соціальної допомоги та підтримки.

Зусилля викладачів медико-соціономічного факультету передусім спрямовуються на створення комфортних умов, сприятливого психологічного клімату в інтегрованих навчальних групах, організацію гуманістичних взаємин, забезпечення оптимального режиму навчання, праці, дозвілля та відпочинку студентів інституту. Причому створення рівних можливостей досягається завдяки впровадженню особистісно-орієнтованого навчання, розвивального навчання і педагогіки співробітництва.

Однією з важливіших складових соціальної та психічної адаптації студентів з особливими потребами є впровадження інноваційних педагогічних технологій оздоровлення студентів з обмеженими можливостями, які включають наступні складові: фізичне виховання, фізична реабілітація та спортивно-оздоровча діяльність, що максимально відволікають їх від своїх вад і захворювань, проблем у процесі навчання в інтегрованих групах. Використання різноманітних форм фізичного виховання і спорту для студентів з особливими освітніми потребами є надзвичайно ефективним для досягнення безпосереднього оздоровчого ефекту, підвищення інтелектуальної і фізичної працездатності, пізнання можливостей власного організму, боротьби зі шкідливими звичками, організації корисного і цікавого дозвілля, формування стійкого мотиву та потреби в систематичних обов'язкових і самостійних заняттях фізичними вправами різного спрямування ми представили форми, які є добрим засобом підвищення мотивації до занять з фізичного виховання, покращення свого здоров'я, адаптації студентів, які мають функціональні обмеження до фізичних і соціальних умов навколишнього середовища.

Згідно з інноваційними педагогічними технологіями оздоровлення студентів з обмеженими можливостями, основними напрямками розвитку фізичної культури і спорту серед студентів-інвалідів є:

- фізичне виховання: фізкультурно-оздоровча і реабілітаційна робота у навчально-виховній сфері, спрямовані на закладення основ фізичного та духовного здоров'я і

реабілітацію втрачених функцій організму студентської молоді у навчальних закладах усіх рівнів акредитації;

- фізична реабілітація: впровадження у виробничу та інші сфери життєдіяльності фізкультурно-оздоровчих і реабілітаційних занять залежно від нозології інвалідності, особливостей роботи та стану фізичного розвитку особи, групових та індивідуальних форм організації фізкультурно-оздоровчих, реабілітаційних і спортивних заходів за місцем проживання та відпочинку, у санаторно-курортних закладах і на туристичних базах;

- спортивно-оздоровча діяльність: створення цілісної системи підготовки у спорті вищих досягнень, що сприяла б розвитку видів спорту, в яких спортсмени-інваліди можуть досягти високих результатів на вітчизняних та міжнародних змаганнях; збереження та вдосконалення системи підготовки спортивних резервів, поліпшення функціонування спеціальних дитячо-юнацьких реабілітаційно-спортивних шкіл для інвалідів;

- адаптація різних форм фізкультурно-оздоровчої та реабілітаційної роботи відповідно до потреб студентів з особливими освітніми потребами у ЗВО.

Важливим компонентом структури для фізичної реабілітації студентів з особливими освітніми потребами є заняття пілатесом. Система являє собою поєднання йоги, балету та ізометричних вправ. Загалом пілатес сприяє зміцненню м'язів, фіксує нормальне положення тіла (постави, внутрішніх органів), укріплює м'язи спини, преса і тазу, покращує гнучкість тіла, знижує рівень стресу і поліпшує загальний стан здоров'я спортсменів [1].

Висновок.

Таким чином, Міжнародний класичний університет імені Пилипа Орлика загалом і медико-соціономічний факультет зокрема реалізують програму інклюзивного навчання студентів з особливими освітніми потребами і вважають, що надання освітніх послуг у навчальному закладі інтегрованого типу, яким є наш інститут, має здійснюватись у поєднанні організаційних, соціальних, психологічних, медико-реабілітаційних та фізкультурно-оздоровчих послуг.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Євдокимова Н. О. Психологічні технології навчання у класичному університеті / Н.О. Євдокимова // Сучасна психологія: актуальні проблеми й тенденції розвитку: матеріали Міжрегіональної науково-практичної конференції / за ред. В. Й. Бочелюка. – Запоріжжя: КПУ, 2011. – С. 96-98.

Людмила Остапчук,

викладач, методист Ірпінського державного коледжу економіки та права,

Анастасія Коробченко,

студентка Ірпінського державного коледжу економіки та права

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИХОВАННЯ:

РЕКРЕАЦІЯ, ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

У тезах розглянуто напрями фізичної культури, значення фізичного виховання у житті людини, склад і значення фізичної рекреації, проаналізовано суттєві ознаки, завдання, мету фізичної реабілітації, лікувально-фізичну культуру як один із методів лікування, запропоновано варіанти терапій при фізичних реабілітаціях, визначено як здійснюється санаторний етап реабілітації, показники фізичного, духовного і соціального здоров'я, основні елементи піклування про своє здоров'я.

Ключові слова: фізична культура, фізичне виховання, фізична рекреація, фізична реабілітація, лікувальна фізична культура, ерготерапія, кінезіотерапія, гідрокінезитерапія, механотерапія, працетерапія, здоров'я.

Суттєві зміни в політичному та соціально-економічному житті України, зростаючі вимоги суспільства до якісної освіти все виразніше спонукають до реформ в українській освіті, поступових кроків для системного вдосконалення в галузі виховання та оздоровлення дітей. Законом України «Про освіту» визначені завдання з виховання громадянина-патріота України, забезпечення потреби особистості в творчій самореалізації, інтелектуальному, духовному та фізичному розвитку, підготовки до активної професійної та громадської діяльності, створення умов для соціального захисту та організації змістовного дозвілля відповідно до здібностей, обдарувань і стану здоров'я дітей та молоді [1, с. 104].

Мета: дослідити основні поняття медико-біологічних основ виховання.

Фізична культура як складне явище, яке спрямовано на реалізацію соціальних, оздоровчих, виховних, освітніх та інших функцій диференціюється за такими специфічними напрямками:

1. Спорт (вищих досягнень і масовий спорт).
2. Фізичне виховання.
3. Фізична рекреація.
4. Фізична реабілітація.
5. Кондиційне тренування.

Фізичне виховання – спеціалізований педагогічний процес цілеспрямованого систематичного впливу на людину фізичними вправами, силами природи, гігієнічними факторами з метою всебічного розвитку особистості, формуванню ціннісних орієнтацій на зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних можливостей життєво важливих рухових навичок, умінь і пов'язаних із ними знань, забезпечення готовності людини до активної участі у суспільному, виробничому і культурному житті.

Відносно самостійною формою функціонування фізичної культури, яка може задовольнити потреби людей в активному відпочинку та принести задоволення від рухливої активності та спілкування є фізична рекреація. У час несприятливих економічних умов життя, втрати або зміщення соціальних орієнтирів вона набуває особливої ваги [4; 5].

Фізична рекреація – це вид фізичної культури: використання фізичних вправ, а також видів вправ у спрощених формах для активного відпочинку людей, отримання задоволення від цього процесу, розваг, зміни видів діяльності, залишити осторонь щоденні види трудової, побутової, спортивної, військової діяльності.

До рекреативних форм відносять фізкультурно-спортивні розваги, туристичні походи з нефорсованими навантаженнями, заняття фізичними вправами, видами спорту тощо, що забезпечує здоров'я, повноцінний відпочинок, сприяють задоволенню потреб, пов'язаних із змістовними розвагами. Виокремлюють багато ознак, що складають основний зміст фізичної рекреації: базується на руховій активності; як головний засіб використовують фізичні вправи; здійснюється у вільний чи спеціально визначений час; включає культурно-ціннісні аспекти; містить інтелектуальні, емоційні, фізичні компоненти; має переважно розважальний характер (гедоністичний); здійснюється на добровільних і самодіяльних началах; має оптимізуючий вплив на організм людини; наявні певні рекреаційні послуги; здійснюється переважно в природних умовах; має визначену науково-методичну базу [4, с. 291].

Результат фізичної рекреації можна виразити у таких значеннях:

* **БІОЛОГІЧНЕ** – сприяє відновленню функцій організму після професійної праці, оптимізує стан здоров'я;

* **СОЦІОЛОГІЧНЕ** – сприяє інтеграції людей у соціальну спільність, засвоєнню соціального досвіду, культурних цінностей, адаптації до соціуму, самовизначення в соціумі;

* ПСИХОЛОГІЧНЕ – формує емоційний стан, що виникає під впливом відчуття свободи, радості і внутрішнього задоволення, звільнення від напруги, стресу;

* ЕСТЕТИЧНЕ – формує позитивну реакцію, від сприймання краси свого тіла, довкілля, можливості його ширшого пізнання;

* ОСВІТНЬО-ВИХОВНЕ – сприяє фізичному, інтелектуальному, моральному, творчому, розвитку особистості;

* КУЛЬТУРНО-АКСІОЛОГІЧНЕ – сприяє засвоєнню культурних цінностей, створенню нових особистісно-суспільних цінностей.

Фізична реабілітація (відновлення здатності) – комплекс заходів, спрямованих на відновлення втраченої або ослабленої функції після захворювання або травми. *Мета фізичної реабілітації* – відновлення працездатності чи пристосування до повноцінного виконання хворою людиною професійних та соціальних функцій [5, с. 6].

Завдання фізичної реабілітації: мобілізація резервних сил організму; активізація захисних і пристосувальних механізмів; попередження ускладнень та рецидивів захворювання; прискорення відновлення функції різних органів та систем; скорочення термінів клінічного та функціонального відновлення; тренування та загартування організму; відновлення працездатності.

Фізична реабілітація включає: лікувальну фізичну культуру, лікувальний масаж, фізіотерапію, механотерапію, працетерапію, кінезотерапію, ерготерапію, консультування, мануальну терапію, рефлексотерапію, фітотерапію, гомеопатичну терапію, ароматерапію, природні фізичні чинники, загартування.

Лікувальна фізична культура – метод лікування, що використовує засоби і принципи фізичної культури для лікування захворювань і ушкоджень, попередження їх загострень і ускладнень, відновлення здоров'я і працездатності хворих і інвалідів. Головним засобом лікувальної фізичної культури (ЛФК) є фізичні вправи [5, с. 25].

ЛФК застосовують у таких формах – ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика, самостійні заняття, лікувальна ходьба, теренкур, спортивні вправи та ігри, гідрокінезитерапія, ерготерапія, кінезіотерапія.

Ерготерапія – (лат. ergon – праця, заняття, греч. therapeia – лікування). Трудова терапія. Максимально можливе відновлення (або набуття) втраченої після хвороби чи інвалідності здатності до самообслуговування.

Кінезіотерапія – відновлення хворої частини тіла лікувальними рухами. При захворюваннях опорно-рухового апарату.

Гідрокінезитерапія – це лікування рухами у воді. Застосовується у вигляді гімнастичних вправ, витягнення у воді, корекції положенням, підводного масажу, плавання, купання, механотерапії та ігор у воді.

Лікувальний масаж, застосовують для лікування різних захворювань і ушкоджень. Він є ефективним засобом функціональної терапії і тому використовується на всіх етапах медичної реабілітації хворих. Масаж призначають дорослим і дітям у комплексному відновному лікуванні захворювань серцево-судинної, дихальної і нервової систем, опорно-рухового апарату, внутрішніх органів, шкіри. Його застосовують після травм, у хірургії, гінекології, а також з метою профілактики.

Фізіотерапія, що у перекладі з грецької означає лікування природними чинниками, широко застосовується у комплексі засобів фізичної реабілітації при лікуванні різних захворювань та з метою профілактики. Розрізняють природні фізичні лікувальні чинники – сонце, повітря, клімат, вода (прісна, морська, мінеральна), лікувальні грязі (пелоїди) та преформовані (штучні), які одержують за допомогою спеціальних апаратів шляхом трансформування переважно електричної енергії у різні види і форми [6, с. 367].

Механотерапія – лікування фізичними вправами, виконуваними за допомогою спеціальних апаратів. Точно спрямовані та суворо дозовані рухи, метою яких є

відновлення рухливості у суглобах і зміцнення сили м'язів, діють локально на тканини, підсилюють лімфо- і кровообіг, збільшують еластичність м'язів і зв'язок, повертають суглобам властиву функцію. Використовують різні типи механотерапевтичних апаратів, принцип дії яких базується на біомеханічних особливостях рухів у суглобах.

Працетерапія – це лікування працею з метою відновлення порушених функцій і працездатності хворих. Працетерапія концентрує у собі досягнення медичної і соціальної реабілітації, у тому числі ЛФК, масажу, фізіотерапії і механотерапії.

Після закінчення реабілітації в лікувально-профілактичних установах хворий чи інвалід переводиться на реабілітацію в реабілітаційно-оздоровчі установи, які здійснюють санаторний етап реабілітації. До них належать: санаторії (профспілкові, відомчі, регіонального підпорядкування); санаторії-профілакторії.

Санаторне лікування базується на використанні природних цілющих фізичних факторів. Вони забезпечують високу ефективність відновної терапії, реабілітації, профілактики, дають можливість зменшити кількість медикаментозних засобів у лікуванні хворих.

Здоров'я – комплексний показник стану організму, який залежить від багатьох показників – стану середовища, умов життя, праці, соціального положення людини. Показниками фізичного здоров'я є індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, досконале (за нормою) фізіологічне функціонування організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівень фізичного розвитку органів і систем організму [6, с. 367].

Показники психічного здоров'я є індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад, збудженість, емоційність, чутливість. Психічне життя індивіда складається з цілей, потреб, інтересів, мотивів, стимулів, встановок, уяви, почуттів тощо. Психічне здоров'я пов'язане з особливостями мислення, характеру, здібностей людини.

Показники духовного здоров'я є духовний світ особистості, сприйняття духовної культури людства, освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Свідомість людини, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – все це обумовлює стан духовного здоров'я.

Показники соціального здоров'я пов'язане з економічними чинниками, стосунками індивіда з структурними одиницями соціуму (сім'єю, організаціями), з якими створюються соціальні зв'язки: праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо. В загальному вигляді соціальне здоров'я детерміноване характером і рівнем розвитку, які притаманні головним сферам суспільного життя в певному середовищі – економічній, політичній, соціальній, духовній. Ці складові тісно взаємопов'язані, вони в сукупності визначають стан здоров'я людини. В реальному житті майже завжди спостерігається інтегрований вплив цих складових.

Кожна людина повинна дбати про своє здоров'я в першу чергу сама, а саме – щоденне виконання фізичних вправ, які були і залишилися основним засобом у зміцненні здоров'я людини, а також посідають провідне місце у боротьбі з багатьма хворобами. Видатний лікар 18 ст. С. А. Тіссо з цього приводу говорив: «Фізичні вправи за своєю дією можуть замінити будь-які ліки, але усі ліки світу не можуть замінити дію фізичних вправ». Видатний вчений-фізіолог І. П. Павлов стверджував: «Людина – найвищий продукт природи, але для того, щоб отримати насолоду від скарбів природи, людина має бути здоровою, сильною та розумною» [2, с. 171].

Краще запобігти захворюванню, ніж лікуватися. Першим важливим елементом піклування про здоров'я є відсліджування власного самопочуття. Важливе місце займає

особиста гігієна, активне й здорове спілкування з іншими людьми, комфортні умови праці, раціональне харчування і здоровий спосіб життя.

Таким чином, було досліджено основні поняття медико-біологічних основ виховання. Акцентуємо увагу, що одним із дієвих засобів фізичного та морально-етичного виховання дітей є хортинг – національний вид спорту України, заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу. Він сприяє залученню підростаючого покоління до загальнолюдських цінностей, формуванню внутрішньої культури особистості, її високих вольових якостей, навичок здорового способу життя, гармонійному фізичному розвитку дітей. Хортинг включає в себе оздоровчі, загальнофізичні, технічні й тактичні елементи, а також виховні та філософські аспекти українського національного виду спорту як впливової виховної системи фізичного та морально-етичного напрямку, реального інструменту виховання сильного українця, гідного громадянина – патріота Української держави [1, с. 104; 3, с. 5].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104–112.
2. Діхтяренко З. Самооцінка втомив хортингістів під час фізичної та розумової праці / Зоя Діхтяренко, Тетяна Щебетун // Матеріали Першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу «Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива» / [ред. колегія: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – С. 168-172.
3. Єрьоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України : метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання / Підручник під ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – Т.1. – 291 с.
5. Теория и методика физической культуры / Учебник под ред. Ю. Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – С.5–8, 23–28.
6. Хоули Э. Т., Френкс Д. Б. Оздоровительный фитнес. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 367 с.

Сергій Сичов,

*доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри біобезпеки і здоров'я людини
Національного технічного університету України «КПІ» ім. Ігоря Сікорського,*

Олена Сиротинська,

викладач кафедри фізичного виховання

Національного технічного університету України «КПІ» ім. Ігоря Сікорського

ПРОФІЛАКТИКА СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У СПОРТСМЕНІВ ЄДИНОБОРЦІВ

У роботі розглянуті питання профілактики серцево-судинних захворювань спортсменів, які займаються єдиноборствами. Визначені причини патологічних і предпатологічних змін станів серцево-судинної системи у єдиноборців в процесі тренувальної і змагальної діяльності. Для запобігання серцево-судинних захворювань у спортсменів єдиноборців розроблені рекомендації по профілактиці, це: регулярний медичний огляд з діагностичним обстеженням, самоконтроль функціонального стану та діяльності серцево-судинної системи, планування тренувального навантаження, раціональне збалансоване харчування, психологічні засоби протидії стресам. Використання у практичній діяльності профілактичних засобів дозволить попередити виникнення серцево-судинних захворювань у спортсменів єдиноборців.

Ключові слова: серцево-судинні захворювання, профілактика, спортсмени єдиноборці, тренування, змагання, навантаження, стреси, психічні стани.

Заняття спортом позитивно впливають на загальний розвиток і здоров'я людини, але інтенсивні фізичні навантаження, цілком можуть викликати серйозні захворювання серцево-судинної системи у спортсменів різних видів спорту, у тому числі спортсменів єдиноборців. Патологічні зміни в міокарді у спортсменів єдиноборців можуть з'явитися завдяки надмірним фізичним навантаженням, змагальним стресам, зловживанням фармакологічними засобами, незнанням елементарних правил самоконтроль функціонального стану, механізмів відновлення після тренувального і змагального процесу тощо. Внаслідок цього розвивається хронічна серцева недостатність, обмежується робота серця, розвивається кардіосклероз, ця патологічна зміна серця у спортсменів може виражатися в дистрофії міокарда та важких серцево-судинних захворюваннях.

Мета: для запобігання серцево-судинних захворювань у спортсменів єдиноборців розробити рекомендації по профілактиці для попередження патологічних і предпатологічних змін станів серцево-судинної системи.

Для попередження патологічних і предпатологічних змін станів серцево-судинної системи у спортсменів єдиноборців розроблені наступні *рекомендації*:

- регулярний медичний огляд з діагностичним обстеженням. При цьому звернути увагу на наступні відчуття, які з'являються при фізичних навантаженнях: різка слабкість, задишка, виступає холодний піт, знижується артеріальний тиск, з'являється біль, аритмія тощо. При цьому необхідно припинити тренування і звернутися до лікаря;

- здійснення самоконтролю функціонального стану за показниками ЧСС (частота серцевих скорочень), артеріального тиску, частоти дихання. Крім того, потрібно контролювати самовідчуття, тривалість та якість сну, апетит, працездатність, вагу тіла тощо. Якщо спортсмен здійснює самоконтроль свого функціонального стану, веде щоденник самоконтролю, він постійно нагромаджує корисний матеріал, що допомагає йому, тренеру і лікарю аналізувати тренувальні навантаження, правильно їх планувати та стежити за діяльністю серцево-судинної системи;

- планування тренувального навантаження до якого відноситься кількість вправ у тренуванні, інтенсивність (мала, середня, велика), послідовність виконання вправ, визначення активної частини доби та інтервал часу для тренування, об'єм виконаного навантаження, час відпочинку між вправами тощо;

- раціональне збалансоване харчування де потрібно уникати жири, які містять багато «поганого» холестерину, який відкладається у судинах і сприяє виникненню проблем з серцево-судинною системою. Це жирне м'ясо, сосиски, ковбаси, магазинні фарші. Скоротити вживання солі тому, що натрій який міститься в солі сприяє затриманню рідини в організмі та створює додаткове навантаження на серце і судини, призводить до виникнення набряків і підвищення артеріального тиску. Додавати в меню омега-3 ненасичені жирні кислоти за допомогою цих речовин можна зменшити відкладання холестерину і тромбоутворення. Контролювати кількість випитої рідини, вживати більше продуктів, що містять харчові волокна, які дозволять спортсменам позбавитися від зайвого холестерину та будуть абсорбувати токсичні речовини і виводити їх з організму. Обмежити вживання продуктів, що збуджують нервову систему, це міцні чай, кава, грибні бульйони, гострі страви;

- психологічні засоби, протидії стресам спортсменам єдиноборцям, дія котрих спрямована головним чином на відновлення нервової рівноваги та стійкості психіки атлета у зв'язку з великими навантаженнями і змаганнями. Для цього використовують спеціальні засоби регуляції психічних станів, це психорегулююче аутогенне тренування, м'язова релаксація, повноцінний сон, застосування деяких медикаментозних засобів, спрямованих на врівноваження нервових процесів, підтримку серцево-судинної системи та інше.

Таким чином, надані рекомендації по профілактиці серцево-судинних захворювань у спортсменів єдиноборців допоможе уникнути серйозним захворюванням в процесі тренувальної і змагальної діяльності атлетів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амосов Н. М. Моя система здоров'я / Н. М. Амосов – Київ: Здоров'я, 1997. – 54 с.
2. Аронов Д. М. Лечение и профилактика атеросклероза / Д. М. Аронов. – М.: Триада X, 2000.- 412 с.
3. Братусь В. В. Атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, острый коронарный синдром: патогенез, диагностика, лечение / В. В. Братусь, В. А. Шуманов, Т. В. Талаева. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 576 с.
4. Динаміка стану здоров'я України та регіональні особливості. Аналітико-статистичний збірник: за ред. В. М. Коваленка, В. М. Корнацького. – К., 2012. – 211 с.
5. Коваль Е. А. От профилактики ишемической болезни сердца к профилактике сердечно-сосудистых заболеваний: новый взгляд на проблему / Е. А. Коваль // Серце і судини. 2004. – № 1. – С. 12-26.
6. Коваленко В. М. Профілактика та лікування інфаркту міокарда в Україні / В. М. Коваленко // Укр. кардіологічний журнал. – 2009. - № 4 – С. 22-29.
7. Сичов С. О. Основи силових видів спорту та єдиноборств: [навч. посібник] / С. О. Сичов, Ю. А. Попадюха. – К.: НТУУ «КПІ», 2007. – 156 с.

Юлай Тупєєв,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри спорту Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського

ЗАКОНОМІРНОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ У СУЧАСНОМУ СВІТІ

На основі цілісного наукового аналізу представлено уявлення про основні періоди становлення й розвитку знань про фізичну рекреацію, виявлено характерні особливості щодо сутності фізичної рекреації в різних історичних періодах; подальшого розвитку набули тенденції та закономірності становлення фізичної рекреації на різних історичних етапах.

Ключові слова: аспект, фізична рекреація, історичний досвід, рекреаційно-оздоровча діяльність, дозвілля.

Виникнення будь-якої нової галузі знань – процес не випадковий і не одномоментний. На початковому етапі відбувається поява окремих її елементів, потім – їх поступове формування та розвиток. І вже набагато пізніше закріплюється назва, у якій відображено зміст та об'єкти вивчення цієї наукової галузі.

В історії людства є винаходи, що існують у будь-яких історичних і соціальних умовах, проте їх розвиток залежить від того, наскільки зусилля, що на це спрямовані, адекватні їхній суспільній ролі. До таких явищ належать спорт узагалі та адаптивний спорт, зокрема. Тому з'ясування передумов виникнення адаптивного спорту, розширення знань щодо його розвитку як суспільного явища дають підставу не тільки поглибити теорію спорту, а й допоможуть визначити актуальні проблеми, що характерні для сучасного етапу його розвитку.

Досліджуючи будь-яке суспільне явище, вважаємо, що одним із першочергових кроків його пізнання є вивчення історичних засад його виникнення, що дасть змогу не тільки дослідити зміну ставлення суспільства до певного явища, а й допоможе визначити перспективні напрями його розвитку на сучасному етапі.

Мета – проаналізувати основні періоди становлення й розвитку знань про фізичну рекреацію.

Дослідження проблеми розвитку рекреаційного руху в новий час дало змогу з'ясувати, що в XVII–XVIII ст. навіть у найбільш розвинених країнах Європи сформовано лише елементи активного дозвілля. Основні передумови й чинники, які сприяли розвитку фізичної рекреації виникли та отримали розповсюдження протягом XIX ст. – перших двох десятиліть XX ст. Основними передумовами розвитку фізичної рекреації в цей період були політичні, соціальні, економічні, культурні, військові. У цьому напрямі на основі емпіричних досліджень уже вживають спроби створення конкретних наукових знань про фізичну рекреацію, найважливіші форми її прояву й виділення власної проблематики.

Сучасний етап розвитку фізичної рекреації характеризується переходом від «суспільства робочого часу до суспільства вільного часу», який проявляється в зміні теоретичної концепції фізичної рекреації та змін у системі духовних цінностей. Дослідники [3] розрізняють три фази розвитку рекреаційної діяльності: у 50-ті роки XX ст. домінувала орієнтація на використання рекреаційної діяльності як засобу відновлення фізичних і духовних сил виключно задля продовження плідної праці; у 60-70-ті роки XX ст. вільний час використовується на споживання матеріальних благ, які забезпечуються зростаючим добробутом суспільства; починаючи з 80-90-х рр. XX ст., явною стає тенденція до гедонізації (від грец. hedone – задоволення) вільного часу – отримання задоволення, фізичне та емоційне розвантаження, зміна довкілля й діяльності.

Із розвитком демократичних принципів у суспільних відносинах змінюється ставлення до людей з особливими потребами як до групи осіб, які потребують піклування, догляду та соціального забезпечення. Від богаділень і резервацій для інвалідів до державних науково обґрунтованих програм – шлях, який привів до створення нової соціальної моделі інвалідності, де проблема фізичних, сенсорних чи розумових вад людини розглядається насамперед як соціальна.

Актуальність досліджень у сучасному світі пов'язана зі зміною парадигми сучасного суспільства від моделі проведення вільного часу, із метою простого відтворення життєвих сил до моделі змістовного проведення дозвілля, яке забезпечується та реалізується через існування й організацію численних різноманітних видів рекреаційно-оздоровчих занять [3].

Розвиток індустрії дозвілля дає змогу стверджувати, що його напрями залежать від масових рекреаційних інтересів населення. Формування рекреаційних потреб відбувається під впливом комплексу факторів, які можна згрупувати таким чином [1; 3]: соціально-економічні фактори – рівень матеріального статку наявність вільного часу, доступність інформації про рекреаційні об'єкти й послуги; демографічні – вік, стать, сімейний стан, освіта, професія, регіон основного проживання та тип місцевості проживання (міська або сільська); особистісно-поведінкові фактори – індивідуальні особливості індивіда, стиль життя, інтереси, мотивація рекреаційної діяльності, стан здоров'я – пріоритети в системі духовних цінностей суспільства в цілому, його окремих груп, досягнутий рівень психології споживання, традиції проведення відпочинку; ресурсно-екологічні фактори – забезпеченість території різними видами рекреаційних ресурсів, екологічний стан довкілля тощо.

На нашу думку, представлені в публікаціях [2] закономірності розвитку рекреаційної діяльності слід враховувати під час організації рекреаційної діяльності різних груп населення в сучасних умовах. Серед них основними є орієнтація на загальнолюдські цінності; оздоровча спрямованість, що передбачає індивідуалізацію, відсутність максимальних фізичних навантажень, поєднання фізичних вправ із факторами здорового способу життя; клубна форма організації занять, відсутність жорстких організаційних форм; договірний характер відносин між об'єктом і суб'єктом керування; упровадження новітніх технологій.

Системний аналіз світового масиву наукових знань і міжнародного досвіду розвитку рекреації дав підставу виділити основні теорії походження рекреації. Серед найбільш відомих виділяють теорію надлишкової енергії (акцентує увагу на притаманності людині «тваринних» рис, де надлишкова енергія має єдиний вихід – активний відпочинок); теорію виходу емоцій (розглядає гру на дозвіллі як порятунком від шкідливого стримування емоцій, зокрема негативних); теорію самовираження (ураховує природу людини, її психологічні особливості); теорію релаксації (об'єднує біологічні та соціальні феномени й може бути визначена як добровільне, приємне заняття людини); теорію біологічного відпочинку (акцентує на біологічній необхідності відпочинку) тощо.

Висновок.

Визначення передумов становлення й розвитку фізичної рекреації як форми дозвілля людини від найдавніших часів до наших днів дасть можливість об'єктивно оцінювати дію соціальних законів у цій сфері, виявляти, аналізувати та узагальнювати нові закономірності її функціонування, а також перспективи подальшого розвитку. Дослідження тенденцій і закономірностей розвитку фізичної рекреації сприятиме оптимізації функціонування рекреаційної діяльності в Україні, збагатить її зміст та способи ефективного управління нею і передбачають необхідність проведення подальших наукових розробок у зазначеному напрямі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Круцевич Т. Ю. Історія розвитку фізичної рекреації: навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, С. Б. Пангелов. – К. : Академвидав, 2013. – 160 с.
2. Левицький В. В. Термінологічний апарат у галузі оздоровчої фізичної культури / В. В. Левицький // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2000. – № 2-3. – С. 93-95.
3. Покоłodна М. М. Рекреаційна географія : навч. посіб. / М. М. Покоłodна; Харк. нац. акад. міськ. госп. – Х. : ХНАМГ, 2012. – 275 с.

Вікторія Цибульська,

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,

доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання

Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

Тетяна Осадченко,

кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

ФІЗИЧНА РЕКРЕАЦІЯ У СФЕРІ ДОЗВІЛЛЯ УКРАЇНСЬКОЇ МОЛОДІ

У статті визначено поняття «фізична рекреація» та ознаки фізичної рекреації. Проаналізовано ставлення молоді до фізичної рекреації та до активного відпочинку загалом. Окреслено основні форми фізичної рекреації молоді. Наведено основні проблеми, які перешкоджають рекреаційній діяльності молодих людей. Охарактеризовано основні чинники посилення рекреаційного ефекту фізичної рекреації.

Ключові слова: рекреація, фізична рекреація, дозвілля, рекреаційні потреби молоді, рекреаційний ефект, фізичні навантаження.

Під фізичною рекреацією розуміють будь-які види рухливої активності, покликани відновити сили, використані в процесі професійної діяльності. Можна виділити ряд суттєвих ознак фізичної рекреації:

- ґрунтується на руховій активності;
- як головні засоби використовує фізичні вправи;
- здійснюється у вільний або спеціально виділений час;
- включає культурно-ціннісні аспекти;
- містить інтелектуальні, емоційні та фізичні компоненти;

- здійснюється на добровільних, самодіяльних засадах;
- надає оптимізувальний вплив на організм людини;
- має у своєму складі освітньо-виховні компоненти;
- носить переважно розважальний (гедоністичний) характер;
- характеризується наявністю певних рекреаційних послуг;
- здійснюється переважно в природних умовах;
- має певну науково-методичну базу [7].

Фізична рекреація має надзвичайно важливе значення для відновлення не лише фізичних, але і психоемоційних сил людини. У цьому зацікавлені не лише окремі індивіди, але й держава загалом, оскільки від того, як молодь проводить своє дозвілля, залежить здоров'я і майбутнє української нації. Сьогодні молодь страждає від негативних наслідків науково-технічного прогресу, скорочення фізичних навантажень, що веде до гіподинамії, від збільшення нервово-психічної втоми, обумовленої життям у великих містах і пов'язаною не тільки з виробничою, але й побутовою сферами. Фізична рекреація покликана зменшити ці негативні впливи сучасної цивілізації на життя людини. Ця проблема потребує не лише теоретичного дослідження, але й практичного вирішення на рівні державної політики.

Дослідженням проблем збереження здоров'я молодих людей, їхнього зацікавлення фізичною культурою займалися чимало українських та зарубіжних науковців [1; 3; 5; 6; 9], які довели, що рухова активність має багато можливостей для збереження і поліпшення життя та здоров'я людини.

Питань вироблення й обґрунтування режимів рухової активності молоді стосувалися наукові праці, де розглянуто питання виміру та оцінки режиму рухової активності людей різного віку [10], обґрунтовано добовий та тижневий обсяг рухової активності в різних одиницях виміру [6; 10]. У науковій літературі є відомості про зв'язки рівня рухової активності з рівнем фізичної підготовленості та працездатності молоді [3; 5; 9].

Значну увагу дослідники приділяють проблемі формування у студентської молоді потреби займатися фізичною культурою, вести правильний режим рухової активності, правильно складати графік праці та відпочинку [3; 5]. Однак слід звернути увагу на те, що поняття фізична рекреація та фізична культура не є тотожними. Специфіка фізичної рекреації полягає в тому, що вона є не суто виконанням фізичних вправ, але скоріше ігровою діяльністю, у якій превалюють фізична, рухова активність. Людина отримує задоволення від самого процесу виконання тих або інших фізичних вправ. Але це можуть бути не тільки фізичні рухи, а й оздоровчі процедури, різні форми товариських заходів, відвідування цікавих місць і т. ін. [2].

Сьогодні науковці розглядають фізичну рекреацію як комплексне, багатогранне явище, що поєднує різноманітні аспекти фізіології, психології людини, зумовлюється різноманітними соціально-економічними та політичними, ідеологічними, культурними чинниками.

На думку соціолога А. С. Орлова, рекреація є однією з функцій дозвілля, вона завжди є діяльністю, основа фізичної рекреації - рухова діяльність з використанням фізичних вправ [4]. Цієї ж точки зору дотримується і Ю. Е. Рижкін [8]. Потрібно відрізнити біологічну форму рекреаційного поведінки людини від її соціальної рекреаційної діяльності. Біологічно активна поведінка і творча соціальна діяльність – дві площини аналізу фізичної рекреації. У сучасному понятті фізичної рекреації явно простежується вплив соціально-психологічних і культурних факторів, що впливають на виникнення потреб в організації свого дозвілля за рахунок використання рухової активності.

Мета дослідження – визначити місце фізичної рекреації в дозвіллі української молоді.

Завдання – проаналізувати структуру дозвілля молоді, визначити ставлення молоді до фізичної рекреації, а також мотивацію вибору тих чи інших форм фізичної рекреації.

Видатний англійський філософ Бертран Рассел стверджував, що вміння розумно розпоряджатися дозвіллям – вищий ступінь цивілізованості. Дозвілля становить 30-35 % вільного часу, але, за даними вітчизняних соціологів, лише 10-12 % людей вміють розумно організувати своє дозвілля, займаючись у спортивних секціях, культурно-освітніх установах [8]. Щодо молодих людей, то вони мають більше вільного часу, ніж працюючі фахівці, однак їхній вільний час не завжди можна назвати рекреаційним. Для дослідження структури дозвілля молодих людей було опитано 100 респондентів віком від 17 до 21 року (вересень 2012 р., м. Черкаси). Питання були відкритими: «Назвіть якомога більше видів проведення дозвілля? Які з цих видів ви активно використовуєте?» Першим, що спадало на згадку молодим особам були: прогулянка в парку, відвідання кінотеатру, клубу, спілкування з друзями в кафе, гра на музичних інструментах, відпочинок вдома перед телевізором, комп'ютерні ігри. І лише згодом пригадувалися різноманітні види активного фізичного відпочинку: фітнес, йога, баскетбол, волейбол, ранкова пробіжка, танці тощо. Варто звернути увагу, що найбільш використовуваними видами проведення дозвілля були ті заняття, які не виникають із природних, особистих потреб молоді, а штучно нав'язуються засобами масової інформації через рекламу, фільми, соціальні мережі (40 % опитаних віддає перевагу у вільний час перегляду телевізійних програм).

Мода деколи насправді буває чинником, що сприяє підвищенню рекреаційної активності суспільства загалом. Прикладом може слугувати змінність моди на рекреаційну активність у США: у 70-80 роках минулого століття найпопулярнішою була така форма рекреації, як джогінг (біг із помірною інтенсивністю для вдосконалення кардіореспіраторної витривалості), на початку 90-х років на зміну джогінгу прийшла мода на різноманітні системи аеробіки (степ-аеробіка, аква-аеробіка), на межі тисячоліть модними були системи атлетичної гімнастики.

Слід зазначити, що значний вплив на формування моди на різновиди рекреаційної активності молоді мають засоби масової інформації, а за їхнім посередництвом – потужні продукційні фірми, що пропонують різноманітні рекреаційні товари: обладнання, інвентар, спортивний одяг тощо.

Фізична рекреація з усього списку перерахованих видів відпочинку респондентів займала 30 %. При цьому регулярно фізичною рекреацією займалося лише 22 % опитуваних. Таким чином, респонденти в теорії підтримують активні види відпочинку, заняття спортом, відвідування спортивних секцій, заняття танцями, однак на практиці виділяють надто мало часу для цього. Поняття відпочинку мало асоціюється з рухливою діяльністю, скоріше молодим людям спадає на думку бездіяльність. Пасивному виду відпочинку надали перевагу 62 % респондентів.

Більшість респондентів готові займатись активним відпочинком як туристи. При цьому найбільше зацікавлення викликали пізнавальний та екскурсійний вид туризму (72 %). Найрізноманітніші види спортивного туризму обиралися мало, оскільки, на думку респондентів, ці види потребують фахової підготовки (10 %). Більшість молодих людей хотіли б відвідати зарубіжні країни, пояснюючи це тим, що вони там ще не були, однак, при цьому вони не відмовляються побувати в інших українських містах та на курортах за умови достатнього рівня комфорту.

Основними мотивами, які змушують молодих людей займатись активними видами відпочинку, були зміна загальних обставин та зняття стресу (23 %). У всіх опитуваних фізична рекреація викликала позитивні емоції, і 100 % респондентів вважають, що активні види відпочинку приносять користь для здоров'я і моральне задоволення. На запитання, яким видом занять бажає займатися студент у вільний від занять час, переважають такі мотиви: потреба в русі – менше 70 %, розвага і радість – близько 60 %,

поліпшення здоров'я – 50 %, активний відпочинок – 25-28 %, зниження надмірної маси тіла – 26 %, досягнення спортивного результату – 20 %, спілкування з друзями – 18 % [1, с. 209].

Серед інших цілей занять фізичною рекреацією можна назвати оздоровчі (покращення здоров'я, зняття втоми, всебічний гармонійний розвиток, виховання культури тіла, рухів, підвищення розумової та фізичної працездатності), комунікативно-виховні (спілкування, виховання культури поведінки, працьовитості, емоційна самоорганізація); організаторські цілі (оволодіння знаннями, умінням, практичними навичками суспільної фізкультурної роботи, пропаганда здорового способу життя, активного відпочинку). Але межі цих груп умовні, оскільки досягнення мети, віднесеної до однієї групи, може бути реалізовано в задоволенні потреб в іншій.

Серед чинників, що спонукають до занять фізичними вправами, відзначені такі: знання про користь занять фізичними вправами – до 40 %, відвідування та участь змагань різного рівня, шоу – до 20 %. Характерно, що на становлення мотивів істотно впливає мікрооточення (вулиця, товариші), що знаходиться поза сімейним впливом.

Стимулами до занять активними видами відпочинку є задоволеність, в основі якої лежить відповідність змісту діяльності потребам в заняттях різними видами фізичної культури; та привабливість, де формування певної корисної мети для суспільства збігається з метою і інтересами особистості молодої людини, збільшення престижності активної фізичної діяльності. Окрім опосередкованих мотивів, існують і безпосередні мотиви - привабливість самої рекреаційної діяльності, її функціональний зміст.

Крім того, молоді люди гостро відчувають фізіологічну потребу в русі, яка становить 14-20 год. на тиждень. При цьому програма ВНЗ передбачає всього лише 4 год. занять фізичною культурою на тиждень. Саме тому прагнення займатись активними формами відпочинку пояснюється фізіологічними природними потребами молоді.

Відмінність фізичної рекреації від занять фізкультурою полягає в тому, що фізична рекреація завжди пов'язана з відновленням сил – фізичних і духовних, тобто їй повинна передувати якась діяльність, після якої потрібна рекреація. Але вона не повинна обмежуватися лише відновленням сил, витрачених у процесі праці, ми повинні відновлювати свої сили для ширших цілей. Тільки та людина, яка живе творчо і чия діяльність має високий ступінь ефективності, використовує свій потенціал сповна і наближається до стану максимального здоров'я. Здоров'я саме по собі не може бути метою фізичної рекреації, воно є лише таким станом людини, яке дозволяє йому жити творчим життям. Фізична рекреація у сфері дозвілля – один з аспектів цього життя. У психологічній літературі здоров'я розглядається не тільки як об'єктивний стан людини, але і як суб'єктивно оцінюване самопочуття, яке визначається і фізичним, і духовним, душевним станом. Біологічний адаптивний компонент фізичної рекреації, таким чином, є важливим, але не єдиним її елементом.

Таким чином, дослідивши дозвілля молодих людей, можна зробити **висновок**, що фізична рекреація займає близько третини вільного часу. Молодь веде малорухливий спосіб життя, а тому ставиться дуже позитивно до будь-яких форм активного відпочинку. Усі мотиви, які спонукають їх займатися фізичною рекреацією, можна умовно поділити на оздоровчі, комунікативно-виховні та організаторські.

На основі вивчення мотивації молоді до занять фізичною рекреацією можна зробити висновок, що молодь меншою мірою зацікавлена в досягненні оздоровчого ефекту і більшою мірою - у самовираженні, самовдосконаленні, приємному проведенні часу, досягненні краси, в отриманні позитивних емоцій і вражень.

Отже, дозвілля і фізична рекреація як одна з форм його проведення є важливими факторами вдосконалення психофізичного стану людини, її духовного світу, системи ціннісних орієнтацій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кулік І. Г. Оздоровчо-спортивна рекреація і студентська молодь / І. Г. Кулік // Проблеми освіти і науки в університетах: вісн. КДУ ім. Михайла Остроградського. – 2010. – Вип.5. – № 64. – Ч.1. – С. 208-210.
2. Леденьова О. В. Соціально-психологічні аспекти рекреації молоді в сучасних умовах [Електронний ресурс] / О. В. Леденьова // Теоретичні та прикладні проблеми психології: зб. наук. пр. Східноукр. нац. ун-ту ім. В. Даля. – 2009. – № 1(21). – Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Tipp/2009_1/ledneva.pdf.
3. Лотоненко А. В. Специфика формирования у студентов потребности в физической культуре: учеб. пособ. / А. В. Лотоненко. – Воронеж: ВГПУ, 1995 – 145 с.
4. Орлов А. С. Социология рекреации / А. С. Орлов. – М.: Наука, 1995. – 118 с.
5. Проблемы развития физической культуры молодежи: сб. науч. тр. / под ред. А. В. Лотоненко, Б. К. Зыкова. – Воронеж: ВГАУ, 1992. – 142 с.
6. Роберт М. Исследование двигательной активности и физического фитнеса в различные периоды жизни / Роберт М. // Наука в олимпийском спорте. – 2001. – № 3 (спецвып.). – С. 16-27.
7. Рыжкин Ю. Е. Психолого-педагогические основы физической рекреации: учеб. пособие / Ю. Е. Рыжкин. – СПб: РГПУ им. А. И. Герцена, 1997. – 36 с.
8. Рыжкин Ю. Е. Физическая рекреация в сфере досуга человека [Электронный ресурс] / Ю. Е. Рыжкин // Теория и практика физической культуры: науч.-теорет. журн. – 2002. – № 5. – Режим доступа: http://tourlib.net/statti_tourism/ryzhkin.htm.
9. Тихонов В. К. Фізична культура як компонент цілісного розвитку особистості студента [Електронний ресурс] / В. К. Тихонов, С. В. Тихонов // Гуманізм та освіта: матеріали ІХ Міжнар. наук.-практ. конф. – 2008. – Режим доступу: <http://conf.vntu.edu.ua/humed/2008/txt/Tihonov.php>.
10. Guidelines for school and community programs to promote lifelong physical activity among young people. National Center for Chronic Disease Prevention and Health. – 1997. – №6. – P. 202-219.

Наукове видання

**МАТЕРІАЛИ
ПЕРШОЇ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
«ХОРТИНГ – НАЦІОНАЛЬНИЙ ВИД СПОРТУ УКРАЇНИ: ДОСВІД І
ПЕРСПЕКТИВИ»**

(28-29 листопада 2018)

Збірник наукових праць

*Технічний редактор Ю. С. Стіпон
Дизайн обкладинки Ю. О. Ліщук*

*Відповідальна за випуск
і комп'ютерну верстку З. М. Діхтяренко*

Підписано до друку 09.01.2019 р.
Формат 60x84/16
Умов. друк. арк. 14,88

Папір офсетний
Друк офсетний
Гарнітура Times

Зам. № 45
Наклад 300 пр.

Видавець – Паливода Алла Володимирівна
03061, м. Київ, пр-т Відрадний, 95/Е; тел./факс (044) 351-21-91
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції (серія ДК № 283 від 18.12.2000 р.)

Віддруковано в друкарні ФОП ПАЛИВОДА А. В.
03061, м. Київ, пр-т Відрадний, 95/Е; тел./факс (044) 351-21-90