ISSN (Print): 2304-5809
ISSN (Online): 2313-2167

Науковий журнал

«Молодий вчений»

№ 4.1 (68.1) квітень 2019 р.

Редакційна колегія журналу

Сільськогосподарські науки
Базалій В.В. – д-р с.-г. наук
Балашова Г.С. – д-р с.-г. наук
Клименко М.О. – д-р с.-г. наук
Коковіхін С.В. – д-р с.-г. наук
Лавриненко Ю.О. – д-р с.-г. наук
Писаренко П.В. – д-р с.-г. наук

Історичні науки
Змерзлий Б.В. – д-р іст. наук

Юридичні науки
Бернацька Н.І. – канд. юрид. наук
Стратонов В.М. – д-р юрид. наук

Політичні науки
Наумкіна С.М. – д-р політ. наук
Яковлев Д.В. – д-р політ. наук

Педагогічні науки
Козяр М.М. – д-р пед. наук
Рідей Н.М. – д-р пед. наук
Федяєва В.Л. – д-р пед. наук
Шерман М.І. – д-р пед. наук
Шипота Г.Є. – канд. пед. наук

Філологічні науки
Шепель Ю.О. – д-р філол. наук

Філософські науки
Лебедєва Н.А. – д-р філос. в галузі культурології

Технічні науки
Гриценко Д.С. – канд. техн. наук
Дідур В.А. – д-р техн. наук
Шайко-Шайковський О.Г. – д-р техн. наук

Економічні науки
Іртищева І.О. – д-р екон. наук
Козловський С.В. – д-р екон. наук
Шапошников К.С. – д-р екон. наук

Медичні науки
Нетюхайло Л.Г. – д-р мед. наук
Пекліна Г.П. – д-р мед. наук

Ветеринарні науки
Морозенко Д.В. – д-р вет. наук

Мистецтвознавство
Романенкова Ю.В. – д-р мистецт.

Психологічні науки
Шаванов С.В. – канд. псих. наук

Соціологічні науки
Шапошникова І.В. – д-р соц. наук

Міжнародна наукова рада

Adam Wrobel – Doktor, Associate Professor (Poland)
Arkadiusz Adamczyk – Professor, Dr hab. in Humanities (Poland)
Giorgi Kvinikadze – PhD in Geography, Associate Professor (Georgia)
Inessa Sytnik – Professor, dr hab. in Economics (Poland)
Janusz Wielki – Professor, dr hab. in Economics, Engineer (Poland)
Javad Khamisabadi – Professor, PhD in Industrial management (Iran)
Michal Sojka – Doctor in Engineer (Poland)
Stanislaw Kunikowski – Associate Professor, Dr hab. (Poland)
Wioletta Wojciechowska – Doctor of Medical Sciences (Poland)
Вікторова Інна Анатоліївна – доктор медичних наук (Росія)
Глущенко Олеся Анатоліївна – доктор філологічних наук (Росія)
Дмитрієв Олександр Миколайович – кандидат історичних наук (Росія)
Марусенко Ірина Михайлівна – доктор медичних наук (Росія)
Швецова Вікторія Михайлівна – кандидат філологічних наук (Росія)
Яригіна Ірина Зотовна – доктор економічних наук (Росія)

Повний бібліографічний опис всіх статей журналу представлено у:
Національній бібліотеці України імені В.І. Вернадського,
Науковій електронній бібліотеці Elibrary.ru

Журнал включено до міжнародних каталогів наукових видань і наукометричних баз:
GoogleScholar, CiteFactor, Research Bible, Index Copernicus.

Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації – серія КВ № 18987–7777Р від 05.06.2012 р.,
видане Державною реєстраційною службою України.

© Науковий журнал «Молодий вчений», 2019
© Видавництво «Молодий вчений», 2019

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1
ГУМАНІСТИЧНА, ДУХОВНО-МОРАЛЬНА ЦІННІСТЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ І ТУРИЗМУ ТА ЇХ МІСЦЕ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Артюшенко А.О., Артюшенко О.Ф., Зубко В.М.
Впевненість у власних силах та особливості її прояву в учнів різного віку на уроках фізичної культури....1

Горбенко М.І., Лой Б.І.
Національно-патріотичне виховання студентської молоді засобами спортивного туризму в вищому навчальному закладі.....5

Кириченко Т.В.
Психічне здоров'я в структурі професійної підготовки майбутніх вчителів.....8

Кравченко Т.П., Троценко Т.Ю., Базилевич Н.О.
Особливості виховання у студентської молоді морально-вольових якостей під час занять фізичною культурою.....12

Мовчан В.П.
Фізкультурно-спортивна діяльність як один із засобів виховання дисциплінованості підлітків.....16

Обозний В.В.
Досвід становлення кафедри туризму в умовах педагогічного університету.....20

Романенко О.В.
Основи інвестиційного менеджменту як чинник формування професійної самореалізації студентів.....24

Самолюк А.А.
Сучасні підходи до формування креативних здібностей молодших підлітків в процесі занять туристсько-краєзнавчою діяльністю.....27

Сіренко Р.Р., Куречко Г.П., Павлишин О.Ф.
Соціалізація молоді України в сфері масового спорту.....32

РОЗДІЛ 2
ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Горбенко М.І., Лой Б.І.
Адаптація студентів-першокурсників до навчання у вищому педагогічному закладі освіти засобами туризму.....36

Горбенко М.І.
Лижна підготовка як вид рухової активності студентської молоді.....39

Данилко В.М.
Адаптація студентської молоді до умов навчання у ВНЗ.....43

Коцур Н.І., Товкун Л.П.
Порушення постави в учнів середнього шкільного віку та її корекція засобами фізичної реабілітації.....47

Красов О.І.
Педагогічні умови формування правильної постави школярів.....53

Мовчан В.П.
Рухова активність як чинник, що визначає здоров'я людини.....56

Нечипоренко Л.А., Нечипоренко О.В., Нечипоренко Д.Л.
Зв'язок між рівнем сформованості у підлітків мотиву досягнення успіху та рівнем розвитку якостей.....59

Палатний І.А., Палатна О.М.
Літні табірні збори як ефективний засіб підготовки майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності.....63

Пангелова Н.Є., Танєв П.
Сутність профільного навчання за спортивним напрямом у школах зарубіжних країн.....69

Попрошаєв О.В., Мунтян В.С., Білик О.А.
Питання реформування навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти України.....73

Рубан В.Ю.
Шляхи удосконалення фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів в умовах сільської школи.....78

Семенів Б.С., Голубева О.Т., Приставський Т.Г., Бабич А.М., Сопіла Ю.М.
Вплив засобів спортивної боротьби на формування професійних якостей студентів ветеринарних спеціальностей.....84

Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О.
Дослідження розвитку рухових здібностей і функціональних можливостей юнаків у процесі підготовки до пішохідних походів.....88

РОЗДІЛ 3
ТЕОРЕТИЧНІ, МЕТОДИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ ТУРИЗМУ І КРАЄЗНАВСТВА

Борисова О.В.
Топонімічні розвідки. Регіональний аспект.....93

Браславська О.В., Рожі І.Г.
Компетентнісний підхід у контексті професійної підготовки майбутніх учителів географії о краєзнавчо-туристської роботи.....100

Булашев А.Я., Женьцян Сан
Туристско-географическое районирование шестой части суши.....104

Hladkyi O., Asanov Edem
The main destinations of health tourism in Vinnytsia region.....111

Конох А.П., Маковецька Н.В., Конох А.А.
Формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів туристичної галузі на засадах міждисциплінарної інтеграції.....115

Товстоп'ятко Ф.Ф., Люта Д.А.
Педагогічний експеримент як основа формування готовності майбутніх фахівців з туризмознавства.....120

Маковецька Н.В., Конох О.Є.
Дидактичні аспекти дистанційного навчання майбутніх фахівців туристичної та готельно-ресторанної сфери.....123

Остапчук В.В.
Сучасні особливості розвитку спортивного туризму як виду спорту в Україні.....127

Поліщук В.В.
Особливості організації туристичних походів студентів факультету фізичного виховання.....132

Смирнов І.Г.
Маркетингові підходи до використання вірменського спадку в Україні для розвитку туризму.....137

Соловых Т.К.
Условия совершенствования информационного обеспечения спортивно-туристской деятельности.....144

Чуєва І.О., Сидорук А.В.
Питання щодо забезпечення якості туристичного продукту.....147

РОЗДІЛ 4
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

Круцевич Т.Ю., Андрєєва О.В., Благій О.Л., Блистів Т.В.
Міжнародний досвід організації оздоровчо-рекреаційної діяльності школярів у вільний час.....152

Пангелова Н.Є., Василенко Н.В.
Особливості функціонального стану і психомоторних можливостей спортсменів з вадами слуху.....157

Пангелова Н.Є., Пангелов Б.П.
Сучасні тенденції у розвитку рекреаційної діяльності населення України.....161

Потужній О.В., Постернак І.В.
Розробка сучасних фітнес-технологій у фізичному вихованні молоді.....164

Троценко Т.Ю., Троценко Д.В.
Місце і значення нових видів фітнес-програм в оптимізації рухової активності школярів.....168

РОЗДІЛ 5
ОЛІМПІЙСЬКИЙ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

Абрамов В.В., Гринева Т.И.
О корректности присвоения звания «инструктор-тренер».....171

Безкоровайний С.Б.
Сучасні підходи вдосконалення фізичної підготовки студентів-єдиноборців.....175

Кадыров Р.Р., Кривенко Ю.А., Курочкин В.Г.
Влияние III Всесоюзных молодежных игр на популяризацию хоккея на траве на начальных этапах его становления.....179

Кириченко Т.Г.
Теоретико-методичні засади побудови спортивного тренування в жіночому пауерліфтингу.....182

Кривенко Ю.О., Курочкін В.Г.
Особливості розвитку хокею на траві на теренах України (1974-2019 рр.).....186

Пивовар А.А.
Кореляційний аналіз компонентів рухової системи та пізнавальних здібностей у дітей старшого дошкільного віку 190

Сембрат С.В., Погребний В.В.
Використання спеціальних засобів навантаження в тренувальному процесі волейболістів.....194

Степаненко В.М.
Психофізіологічна обумовленість ефективності захисних тактичних дій юних футболістів на етапі попередньої базової підготовки.....197

Красов О.І., Кусай М.В.
Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми 3-6 років у дошкільних закладах за кордоном.....201

CONTENTS

SECTION 1

HUMANISTIC, SPIRITUAL AND MORAL VALUE OF PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND TOURISM AND THEIR PLACE IN MODERN SOCIETY

Artiushenko A.O., Artiushenko O.F., Zubko V.M.
Self-confidence and features of its manifestation in schoolchildren of different age at physical culture lessons.....1

Gorbenko M.I., Loy B.I.
National-patriotic education of students by means of sports tourism in a higher education institution.....5

Kyrychenko T.V.
Mental health in the future teachers professional preparation structure.....8

Kravchenko T.P., Trotsenko T.Yu., Bazelevych N.O.
Peculiarities of upbringing at the students youth moral and willing qualities during physical culture classes.....12

Movchan V.P.
Physical-sport activity as one of the means of study of disciplination of unemployed.....16

Oboznyi V.V.
Experience of becoming of department of tourism is in terms pedagogical university.....20

Romanenko A.V.
Basis of investment management as a factor of formation of professional self-realization of students.....24

Samolyuk A.A.
Modern approaches for the formation of the creative characteristics of young adolescents in the process of traveling and training activities.....27

Sirenko R.R., Kurechko G.P., Pavlyshin O.F.
Socialization of youth of Ukraine in the field of mass sports.....32

SECTION 2

PHYSICAL CULTURE, PHYSICAL EDUCATION OF DIFFERENT GROUPS OF THE POPULATION

Gorbenko M.I., Loy B.I.
Adaptation of freshmen students to higher education institutions of higher education through tourism.....36

Gorbenko N.I.
Little preparation as a mode of muscular activity of student youth.....39

Danylko V.M.
Students' adaptation to studying conditions at higher education institutions.....43

Kotsur N.I., Tovkun L.P.
Violation of posture in pupils of middle schoolchildren age and her correction by means of physical rehabilitation.....47

Krasov A.I.
Pedagogical conditions to form the correct posture of schoolchildren.....53

Movchan V.P.
Motion activity as a factor determining human health.....56

Nechyporenko L.A., Nechyporenko O.V., Nechyporenko D.L.
The relationship between the level of formation in adolescents motive to achieve success and the level of development of physical qualities.....59

Palatny I.A., Palatna O.N.
Summer camp gatherings as an effective measure for preparing future teachers of physical culture to professional activity.....63

Pangelova N.Yi., Tanyev P.
The essence of profile training of sports direction in schools of foreign countries.....69

Poproshaiev O.V., Muntian V.S., Bilyk O.A.
Reform issues of discipline of "Physical education" in Ukraine's higher education institutions.....73

Ruban V.Yu.
Ways of improving fitness work with pupils of primary school in the conditions of village school.....78

Semeniv B.S., Golubeva O.T., Prystavskyi T.G., Babych A.M., Sopila J.M.
Influence of sports struggle on formation of professional qualities of students of veterinary specialties.....84

Chizhenok T.M., Kovalenko J.O.
Research of development of motor capacities and functional capabilities of young men in the process of preparation for walking.....88

SECTION 3

THEORETICAL, METHODICAL, AND ORGANIZATIONAL FUNDAMENTALS OF TOURISM AND LOCAL STUDIES

Borysova O.V.
Toponymic intelligence. Regional aspect.....93

Braslavska O.V., Rozhi I.H.
Competence building approach in context of professional preparation of future teachers of geography to regional-tourist works.....100

Bulashev A.Ya., Zhen'tsyan San
Tourist-geographical districting of sixth of dry land.....104

Hladkyi O., Asanov Edem
The main destinations of health tourism in Vinnytsia region.....111

Konokh A.P., Makovetskaya N.V., Konokh A.A.
Formation of individual health strategies for safe future bacalavers tourism industry on the basis of international distribution integration.....115

Tovstopiatko F.F., Liyta D.A.
Pedagogical experiment as a basis for formation of future factors readiness tourism.....120

Makovetskaya N.V., Konoh E.Ye.
Didactic aspects of distance learning of future tourist specialists and hotel and restaurant sphere.....123

Ostapchuk V.V.
Current features of sport-tourism development as a sport in Ukraine.....127

Polishchuk V.V.
Features of the organization of tourist trips of students faculty of physical education.....132

Smyrnov I.G.
Marketing approaches to use the Armenian legacy in Ukraine to develop turizm.....137

Solovykh T.K.
Conditions of improving information support of sports and tourist activities.....144

Chuieva I.O., Sydoruk A.V.
Questions for providing the quality of tourist products.....147

SECTION 4
THEORETICAL AND METHODICAL FOUNDATIONS OF PHYSICAL RECREATION

Krutsevych T.Yu., Andrieieva O.V., Blagiy O.L., Blustiv T.V.
International experience of organization of health and recreational activities of schoolchildrenin their free time.....152

Panhelova N.Ye., Vasilenko N.V.
Peculiarities of functional condition and psycho-motive opportunities of sportsmen with impaired hearing.....157

Panhelova N.E., Panhelov B.P.
Modern trends in the development of the recreational activity of the population in Ukraine.....161

Potuzhniy A.V., Posternak I.V.
Development of modern fitness technologies in physical education of young people.....164

Trotsenko T.Yu., Trotsenko D.V.
Place and importance of new kinds of fitness programs in optimization of muscular activity of schoolchildren.....168

SECTION 5
OLYMPIC AND PROFESSIONAL SPORTS

Abramov V.V., Grynova T.I.
About the accuracy of «instructor-trainer» title assignment.....171

Bezkorovayny S.B.
Modern approaches to improve physical training of universal students.....175

Kadirov R.R.

Krivenko Yu.O., Kurochkin V.G.
III All-union youth games as a means of popularization of hockey on the grass at the initial stages of its formation.....179

Kyrychenko T.G.
Theoretical and methodological principles of sports training in women's paverlifting.....182

Krivenko Y.O., Kurochkin V.G.
Features of development of hockey on honey on territories of Ukraine (1974-2019 years).....186

Pyvovar A.A.
Correlation analysis of the motor system components and cognitive abilities in children of senior preschool age.....190

Sembrat S.V., Pogrebnoy V.V.
Use of special loading tools in the training process of volleyballers.....194

Stepanenko V.M.
Psychophysiological conditionality of the effectiveness of protective tactical actions of young players at the stage of preliminary basic training.....197

Krasov A.I., Kusay M.V.
Organization of physical-health work with children 3-6 years in personal staff border.....201

РОЗДІЛ 1 ГУМАНІСТИЧНА, ДУХОВНО-МОРАЛЬНА ЦІННІСТЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ І ТУРИЗМУ ТА ЇХ МІСЦЕ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

УДК 37.032.:796.011.3

ВПЕВНЕНІСТЬ У ВЛАСНИХ СИЛАХ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇЇ ПРОЯВУ В УЧНІВ РІЗНОГО ВІКУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Артюшенко А.О., Артюшенко О.Ф., Зубко В.М.
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

У статті проаналізовані основні аспекти поняття впевненості в собі. З'ясовано, що впевненість в собі фактично є частиною загальної проблеми психічної регуляції поведінки. За допомогою експертної оцінки були визначені рівні прояву впевненості в собі в учнів різного віку під час ігрової діяльності на уроках фізичної культури. Показано, що за період навчання в школі показники прояву впевненості в собі від молодшого до старшого шкільного віку практично не зростають. Це свідчить про недостатню ефективність виховного процесу на уроках фізичної культури і потребує подальшого вдосконалення методики формування особистісних якостей під час занять фізичними вправами.
Ключові слова: впевненість в собі, експертна оцінка, рівні, уроки фізичної культури.

Постановка проблеми. В даний час у психології все більше уваги приділяється проблемі впевненості людини в собі. В роботах багатьох авторів підкреслюється, що в житті людини навички впевненої поведінки та спілкування є також значущими, як і професіональна підготовка в цілому. Від рівня впевненості в собі багато в чому залежить ефективність будь-якої діяльності.

Окремі аспекти впевненості в собі почали активно обговорюватись психологами з кінця XIX століття. Помітний внесок у розробку проблеми впевненості в собі внесли І.Д. Бех, А. Леонтьев, Е. Ільїн, А. Пуні та інші.

В деяких напрямах психології впевненість у собі входить в блок особистісних якостей людини, визначені її функції в системі міжособистісних відносин, описана структура і умови її розвитку в онтогенезі, розроблені тренінги і методики з її корекції [5; 6; 11; 12].

В дослідженнях багатьох авторів [2; 4; 13], показано, що соціально-психологічний аспект впевненості учнів у процесі занять фізичною культурою пов'язується з особливостями їхнього рухового досвіду, з навичками, сформованими в процесі навчання, з самооцінками власної діяльності та проявляється в активності під час виконання рухових завдань.

Поряд з цим впевненість у собі вивчається частіше за все з клінічної точки зору. Недостатньо розкриті особливості змісту, структури та умов формування цієї важливої якості в учнів у процесі фізичного виховання. На нашу думку, саме в процесі напруженої фізичної діяльності під час виконання складних рухових завдань, в ситуаціях, які постійно змінюються, наприклад, у спортивних іграх, значущість впевненості в собі проявляється найбільш яскраво. Саме впевненість у собі визначає рішучість людини, її здатність до активної діяльності. В той же час, в результаті недостатньої розробленості даної проблеми наявні в науковій та методичній літературі рекомендації фахівців [2; 11] щодо виховання в учнів впевненості у собі й вольового розвитку в цілому не є цілісною науково обґрунтованою методикою. На уроках фізичної культури навчання рухових дій, функціональне навантаження недостатньо узгоджується з вирішенням виховних завдань. Все це, на нашу думку, обумовлює теоретичну і практичну значущість подальшого дослідження проблеми виховання в учнів впевненості в собі як складової цілісного процесу формування активної творчої особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз психолого-педагогічної літератури показує, що проблема впевненості в собі залишається однією з найбільш суперечливих галузей сучасної психології. Впевненість у собі частіше за все розглядається як частина загальної проблеми психічної регуляції поведінки, що пов'язано з волею людини [7; 9; 10; 13]. Деякі автори [11; 12] розглядають впевненість у собі як одну з вольових якостей, а воля справедливо вважається вершиною ієрархії регуляторних процесів психіки. Специфіка цього вищого рівня традиційно пов'язується з подоланням зовнішніх і внутрішніх перешкод, що вимагає відповідних зусиль і впевненості у власних силах. Природа прояву

© Артюшенко А.О., Артюшенко О.Ф., Зубко В.М., 2019

значних зусиль часто прослідковується у здібностях людини до мовної самостимуляції, до створення додаткового примусу до дії [3; 13]. Цікавий підхід у розумінні природи цього феномену описує В. Калін [12] який виділяє особливу внутрішню активність людини, що виявляється в найпростіших випадках у вигляді вольових зусиль, а в складних умовах – як розгорнута внутрішня дія до мобілізації ресурсів і організації психічних процесів відповідно до вирішуваних завдань. Автор [12] пише, що прийняття рішення про дію, інтенсивність зусиль виявляється пов'язаною зі ступенем складності перешкод і значущістю цих дій, зі ставленням до дії та із впевненістю в собі.

У зв'язку із залежністю ефективності довільної регуляції поведінки від здатності швидко оцінювати зовнішні й внутрішні труднощі та правильно знаходити рішення в тій чи іншій ситуації, у внутрішньому плані створювати собі програму дій було сформульоване положення про необхідність створення інтелектуальної основи самомобілізації. Як зазначив А. Пуні [14], саме впевненість у власних силах та інтелект дозволяє повніше використовувати смислову регуляцію поведінки, що призводить до мобілізації і формування потрібного спонукання до дії.

Першим на можливість участі смислових утворень особи в регуляції та мобілізації діяльності вказав Л. Виготський [8; 9], який описав зміну поведінки дітей при зміні для них значення власних дій. Значущість дії, яка виконується, впевненість у собі змінює результати роботи дітей, підлітків і дорослих, призводить до істотної зміни поведінки та є одним із основних чинників спонуки до дії й до активізації власних зусиль.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Результати аналізу психолого-педагогічної літератури за темою дослідження свідчать про багатоплановість різноманітних підходів до вивчення сутності проблеми впевненості в собі. Одержані дані, на нашу думку, можуть сприяти можливості ефективного впливу на процес формування в учнів впевненості у власних силах в процесі занять на уроках фізичної культури в школі. Впевненість у собі ми розглядаємо як найважливішу складову довільного управління руховою діяльністю.

Під час власного дослідження ми вивчали особливості прояву впевненості у собі в учнів загальноосвітньої школи в процесі виконання фізичних вправ і завдань різного характеру на уроках фізичної культури. Враховувалось, що впевненість у собі найбільш чітко і наочно проявляється людиною під час виконання складних вправ, коли доводиться швидко орієнтуватися та рішуче діяти в ситуаціях, які змінюються. Вважаємо, що одержані дані можуть сприяти подальшому вдосконаленню засобів і методів ефектного впливу на процес формування в учнів впевненості у власних силах під час занять на уроках фізичної культури в школі.

Метою нашого дослідження було вивчення особливостей прояву впевненості в собі в учнів різного віку під час занять на уроках фізичної культури в школі.

Із метою вивчення рівнів прояву в учнів впевненості в собі ми провели констатувальний експеримент. Усього в експерименті взяли участь 514 учнів загальноосвітньої школи, серед яких 170 учнів початкової школи, 182 підлітка, 162 учня старших класів. Експеримент проводився на базі Черкаських ЗОШ № 3, № 6, № 26. Були використані:експертна оцінка, опитування за авторською анкетою, педагогічні спостереження. Рівні прояву в учнів впевненості в собі оцінювалися за 12-бальною шкалою. 11-12 балів – високий, 10 балів – достатній, 8-9 балів – середній і до 8 балів – низький рівень.

Виклад основного матеріалу дослідження. Впевненість у власних силах оцінювалась трьома експертами у процесі педагогічних спостережень за поведінкою та діяльністю учнів на уроках фізичної культури. Найбільш яскраво впевненість у власних силах, а також вольові якості (самостійність, рішучість, ініціативність, сміливість) проявляються в учнів у процесі спортивно-ігрової діяльності. Тому для роботи експертів вибиралися уроки фізичної культури, які були присвячені ігровій діяльності з елементами змагань. За оцінками експертів визначалися рівні сформованості впевненості у власних силах.

В процесі дослідження стало зрозумілим, що учні, які володіють практичним досвідом, мають кращу техніку виконання багатьох фізичних вправ, мають кращу фізичну підготовленість , більш впевнено почуваються у процесі ігрової діяльності – діють більш самостійно, проявляють творчу ініціативу, рішучість, сміливість та ін.

У процесі дослідження ми звернули увагу на те, що результати опитування, анкетування не завжди збігаються з результатами експертної оцінки. Як правило, експертна оцінка, тобто оцінка безпосередньої діяльності, значно менша, ніж впевненість у власних силах, за відповідями самих учнів. Можна вважати, що це пов'язано ззавищеною самооцінкою учнів відносно власних можливостей та особистісних якостей. Високий рівень впевненості у власних силах зафіксовано у 12,9% учнів молодших класів, у 12,6% підлітків і у 14,8% старшокласників (табл. 1).

Низький рівень демонструє більша кількість учнів – від 19,3% у старшокласників до 23,3% – у підлітків. Від 44,1% до 47,0% учнів різного віку відрізняються середнім рівнем впевненості у власних силах під час занять на уроках фізичної культури. В процесі опитування та спостережень було встановлено, що високій рівень впевненості в собі, в більшості випадків, проявляють учні, які відрізняються більш високим рівнем рухової підготовленості, які мають практичний досвід занять в спортивних секціях.

Приблизно 20-23% школярів проявляють порівняно низький рівень впевненості у власних силах на уроках фізичної культури, за результатами експертної оцінки їх діяльності. Це пояснюється тим, що значна кількість учнів тільки на уроках фізичної культури зустрічалася з організованою масовою формою занять фізичними вправами. Не маючи практичного досвіду, вони, безумовно, не проявляють активність, творчу ініціативу, рішучість, поводяться невпевнено. У зв'язку з цим, особливу увагу вчителя потрібно звернути на підвищення інтересу учнів початкових класів до занять, на добір цікавих та доступних фізичних вправ, рухлив ихігор, індивідуальних завдань зі створення ситуацій успіху.

Таблиця 1

Показники прояву в учнів впевненості у собі в процесі ігрової діяльності на уроках фізичної культури (у%)

№ з/п	Показники впевненості у балах (рівні)	Учні молодших класів		Підлітки		Учні старших класів	
		Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
1.	11-12 (високий)	24	12,9	24	12,6	24	14,8
2.	10 (достатній)	38	22,4	37	20,3	31	19,1
3.	8-9 (середній)	75	44,1	83	45,6	75	46,3
4.	до 8 (низький)	35	20,6	39	21,4	32	19,8
5.	Усього	170	100	182	100	162	100

Звертає на себе увагу той факт, що показникі прояву впевненості у собі в учнів різного віку відрізняються не суттєво. Це дає підстави для висновку про те, що у процесі фізичного виховання в загальноосвітніх школах формування цієї здатності відбувається недостатньо ефективно.

В результаті аналізу психолого-педагогічної літератури можна стверджувати, що впевненість у власних силах, знання,уміння, наявність практичного досвіду, особистісні якості визначають фактично здатність особистості до свідомої саморегуляції поведінки і діяльності. Це виявляється у свідомому та швидкому прийнятті рішення про спосіб дії у результаті роздумів і аналізу зовнішніх умов та власних можливостей для досягнення поставленої мети. Не виникає сумнівів, що вчасне й обґрунтоване прийняття рішення про дію, складання раціональної програми дій та її виконання залежать від впевненості в собі, підрівня знань, умінь, здатності до роздумів, до уявлень. Зіставлення зовнішніх труднощів на шляху до мети і власних можливостей здійснюються на основі власного розуму, інтелекту та досвіду в конкретному виді діяльності. Зрозуміло, що прояви рішучості пов'язуються з проявамиі нших вольових якостей. Так, необхідність самостійного прийняття рішення про дію потребує прояву самостійності. Прийняття рішень у ситуаціях, які постійно змінюються, наприклад, у спортивних іграх, потребує ініціативності. Відповідальність за прийнятер ішення і за можливі невдалі результати його виконання потребує певної сміливості.

Таким чином, вчасне прийняття адекватного рішення про спосіб дії у ситуаціях, які змінюються, ми пов'язуємо з такими вольовими якостями, як рішучість, самостійність, ініціативність, сміливість. що потребує відповідного рівня впевненості в собі.

Одержані данні узгоджуються з результатами вивчення пізнавального інтересу учнів загальноосвітньої школи, пізнавальної активності, вольових якостей. В роботах багатьох авторів показано зниження в учнів старших класів(в порівнянні з підлітками) інтересу до спортивної діяльності і пізнавальної активності. Все це, на нашу думку, негативно впливає на формування рухових умінь та навичок, вольових і фізичних якостей та на процес формування впевненості в собі.

Результати тривалих педагогічних спостережень свідчать про те, що учні молодших класів, які зацікавлені заняттями на уроках фізичної культури, проявляють пізнавальнийі нтерес і активність, як правило, зберігають таке ставлення до фізичного вдосконалення в підлітковому віці та в старших класах.

Результати педагогічних спостережень, бесід виявили значні недоліки в проведенні виховної роботи з учнями різних класів.

Значна кількість педагогів не вивчає рівень вихованості учнів, їх індивідуальні особливості. У зв'язку з цим звужується можливість педагогічного впливу на свідомість, почуття і світогляд дитини, формування у неї моральних, вольових якостей, тобто всього того, що забезпечує впевненість у власних силах.

Отримані результати засвідчують про надмірне захоплення педагогів організаційними питаннями, а не розвитком самодіяльності та ініціативи школярів. Недостатня увага приділяється підбору засобів і змісту з метою підвищення інтересу та мотивації учнів до навчального матеріалу, недостатньо використовуються положення особистісно-орієнтованого виховання. Частіше за все на уроках фізичної культури спостерігається механічне повторення фізичних вправ. При цьому не приділяється належна увага теоретичній підготовці, не стимулюється свідоме виконання індивідуальних завдань, під час занять залишається практично не задіяним інтелект учнів.

Не повною мірою використовуються такі засоби, як рухливі ігри, елементи спортивних ігор, психомоторні ігри, спеціальні психомоторні тест-завдання. Недостатньо використовується змагальний метод.

Виходячи з цього аналізу, природно постає завдання подальшої розробки педагогічних умов та методики формування в учнів впевненості в собі та інших особистісних якостей в процесі фізичного виховання в школі.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальшого розвитку:

1. В результаті аналізу психолого-педагогічної літератури показано, що окремі аспекти впевненості в собі почали активно обговорюватись психологами з кінця XIX століття. Впевненість в собі частіше за все розглядається як частина загальної проблеми психічної регуляції поведінки, що пов'язано з волею людини. Саме впевненість в собі та інтелект дозволяє повніше використовувати смислову регуляцію поведінки, що приводить до мобілізації і формування потрібного спонукання до дії.

2. За результатами констатуючого експерименту високий рівень впевненості в собі зафіксовано у 12,9% учнів молодших класів, у 12,6% підлітків

і в 14,8% старшокласників. Низькій рівень демонструє більша кількість учнів – від 19,3% у старшокласників до 23% у підлітків. До 47,0% учнів проявляють середній рівень впевненості в собі під час ігрової діяльності на уроках фізичної культури.

3. Показано, що показники прояву впевненості в собі в учнів різного віку відрізняються не суттєво. Так, кількість учнів молодших класів з низьким рівнем впевненості в собі складає 20,6%. За весь період навчання в школі, тобто від молодших до старших класів кількість учнів з низьким рівнем впевненості в собі скоротилася тільки на 0,8%. Можна вважати, що у процесі фізичного виховання в школах формування таких особистісних якостей, як впевненість в собі, відбувається недостатньо ефективно.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Постає питання подальшої розробки педагогічних умов та методики формування в учнів різного віку впевненості в собі та інших особистісних якостей в процесі фізичного виховання в школі.

Список літератури:

1. Анохин П. Очерки по физиологии функциональних систем / П. Анохин. – М., 1975. – 447 с.
2. Артюшенко А.О. Роль свідомості у формуванні в учнів загальноосвітньої школи рухових навичок як складової особистісної мобільності / А.О. Артюшенко // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»: зб. наук. праць. – Переяслав-Хмельницький, 2011. Вип. 21. – С. 14–18.
3. Бернштейн Н.А. О построении движений / Н.А. Бернштейн. – М.: Медгиз, 1947. – 255 с.
4. Леонтьев А. Деятельность. Сознание. Личность. / А. Леонтьев. – М., 1977. – 183 с.
5. Бех І.Д. Виховання особистості / І.Д. Бех. – К.: «Либідь», 2003. – Т. 1. – 277 с.
6. Бех І.Д. Виховання особистості / І.Д. Бех. – К.: «Либідь», 2003. – Т. 2. – 341 с.
7. Бех І.Д. Психологічні джерела виховної майстерності : навч. посіб. / І.Д. Бех. – К.: Академ. видав., 2009. – 248 с.
8. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.
9. Выготский Л.С. Проблема воли и ее развитие в детском возрасте / Л.С. Выготский // Собрание сочинений. – М.: Педагогика, 1982. – Т. 2 – С. 454–456.
10. Запорожець А. Избранные психологические труды / А.В. Запорожец // Развитие произвольных движений. – М.: Педагогика, 1986. – 296 с.
11. Ильин Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. – СПб., 2000. – 288 с.
12. Калин В.К. Влияние эмоционального напряжения на эффективность волевых усилий спортсменов / В.К. Калин // Вопросы психологии. – М., 1975. – № 3. – С. 112–121.
13. Леонтьев А. Деятельность. Сознание. Личность / А. Леонтьев. – М., 1977. – 183 с.
14. Пуни А.Ц. Проблема произвольной (психической) регуляции двигательной деятельности в спорте / А.Ц. Пуни // Теория и практика физической культуры. – М., 1976. – № 1. – С. 21–29.

Артюшенко А.А., Артюшенко А.Ф., Зубко В.Н.
Черкасский национальный университет имени Богдана Хмельницкого

УВЕРЕННОСТЬ В СОБСТВЕННЫХ СИЛАХ И ОСОБЕННОСТИ ЕЕ ПРОЯВЛЕНИЯ У УЧАЩИХСЯ РАЗНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация
В статье проанализированы основные аспекты проблемы уверенности в себе. Выяснено, что уверенность в себе фактически является частью более общей проблемы психической регуляции поведения. При помощи экспертной оценки были определены уровни проявления уверенности в себе у учащихся разного возраста в процессе игровой деятельности на уроках физической культуры. Показано, что за период обучения в школе показатели уверенности в себе от младшего до старшего школьного возраста практически не изменяются. Это свидетельствует о недостаточной эффективности воспитательного процесса на уроках физической культуры и требует дальнейшего совершенствования методики формирования личностных качеств во время занятий физическими упражнениями.
Ключевые слова: уверенность в себе, экспертная оценка, уровни, уроки физической культуры.

Artiushenko A.O., Artiushenko O.F., Zubko V.M.
Cherkasy Bohdan Khmelnytskyi National University

SELF-CONFIDENCE AND FEATURES OF ITS MANIFESTATION IN SCHOOLCHILDREN OF DIFFERENT AGE AT PHYSICAL CULTURE LESSONS

Summary
The article focuses on the main aspects of self-confidence concept. Self-confidence is found to be a part of the general problem of mental regulation of behaviour. The levels of self-confidence in pupils of all ages during their playing activity at Physical Culture lessons were determined with the help of an expert assessment. During the period of study at school, the indicators of self-confidence are found to be almost the same at junior and senior school ages. It shows the lack of efficiency of bringing up at the Physical Culture lessons and the need to improve the methods of forming personal qualities during physical exercise performance.
Keywords: self-confidence, expert assessment, levels, Physical Culture Lessons.

УДК 378.015.31:172.15]:796.5

НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ В ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Горбенко М.І., Лой Б.І.
ДНВЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

В статті розглядаються особливості національно-патріотичного виховання студентської молоді у процесі її залучення до спортивно-оздоровчого туризму, як важливого чинника формування та зміцнення здоров'я в системі фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи вищого навчального закладу. В статті зроблено акцент на військово-фізичному вихованні, визначено взаємодію військово-фізичне виховання і туристсько-спортивної підготовленості студентів. Виявлено пріоритетні напрями роботи в даній галузі.

Ключові слова: національно-патріотичне виховання, військово-фізичне виховання, студенти, фізична культура, спортивний туризм.

Постановка проблеми. Умови сьогодення висувають перед суспільством України вимоги щодо формування активної, різнобічно розвиненої, патріотично налаштованої особистості. В процесі формування професійної готовності майбутніх фахівців у вищих навчальних закладах на перший план виходить виховна складова освіти, зокрема національно-патріотичне виховання у взаємозв'язку з військово-фізичною підготовленістю.

На сучасному етапі розвитку України, коли існує безпосередня загроза денаціоналізації, втрати державної незалежності та порушення територіальної цілісності України, виникає нагальна потреба переосмислення зробленого і здійснення системних заходів, спрямованих на посилення патріотичного виховання дітей та молоді – формування нового українця, що діє на основі національних та європейських цінностях [3, с. 4].

Основна ідея реалізації виховної функції вищого навчального закладу полягає в мотивації громадської активності студентської молоді, що є запорукою небайдужості як до сьогодення, так і до майбутнього. Найкращою мотивацією до суспільної діяльності є почуття гордості за свою країну, співпереживання за минуле, співпричетність до творення її сьогодення та майбутнього, тому патріотичне виховання студентської молоді є пріоритетом політики в Україні. Процес національно-патріотичного та військово-фізичного виховання є важливою складовою національної безпеки України .

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема національно-патріотичного виховання досліджується в працях українських вчених: Л.А. Безкоровайної [1], А.П. Коноха [6], Т.З. Маланюк [7], Н.Є. Пангелової, Б.П. Пангелова [8], Н.В. Коляди, [5] та інших.

В контексті вивчення семастики (походження) поняття «національно-патріотичне виховання» в контексті сучасних дискусій виявлено відсутність єдиних термінологічних підходів до його визначення.

Автори статті схильні до визначення поняття згідно трактуванню Концепції національно-патріотичного виховання дітей і молоді [3; 10], а саме:

Національно-патріотичне виховання – це комплексна система діяльності органів державної влади, громадських організацій, сім'ї, освітніх закладів, інших соціальних інститутів щодо формування молодого покоління високої патріотичної свідомості, почуття вірності, любові до Батьківщини, турботи про благо свого народу і готовності до виконання громадянських та конституційних обов'язків [3, с. 2].

Важливим компонентом національно-патріотичного виховання студентської молоді в вузі є заняття фізичною культурою та спортивним туризмом.

Засоби фізичної культури, зокрема спортивний туризм за своїми ефективними впливами на процес виховання студентської молоді здатної вирішити проблему формування у майбутніх громадян патріотичного мислення, активної громадянської позиції, реалізації її в практичній діяльності.

Мета статті – визначення закономірностей організаційно-методологічних засад національно-патріотичного виховання студентської молоді у процесі їх залучення до спортивно-оздоровчого туризму під час навчання в вищому навчальному закладі.

Виклад основного матеріалу. Метою національно-патріотичного виховання є сприяння виховання у молодого покоління почуття патріотизму, формування особистості на засадах духовності, моральності, толерантності, забезпечення створення умов для інтелектуального, культурного та фізичного розвитку, реалізації науково-технічного та творчого потенціалу молоді.

Патріотичне виховання спирається на загально педагогічні принципи виховання, водночас патріотичне виховання має власні принципи, що відображають його специфіку. Серед них: принцип національної спрямованості; принцип самоактивності і саморегуляції; принцип полікультурності; принцип соціальної відповідальності; принцип історичної і соціальної пам'яті; принцип наступності та взаємозв'язку поколінь.

Нині набуває актуальності багатоаспектна проблема національно-патріотичного та військово-фізичного виховання, головним завданням якого є набуття студентською молоддю соціального досвіду, готовності до виконання громадянських, конституційних обов'язків, успадкування духовних надбань українського народу.

Результативність національно-патріотичного виховання великою мірою залежить від того,

© Горбенко М.І., Лой Б.І., 2019

наскільки ті чи інші форми та методи виховної діяльності стимулюють розвиток активності, свідомості, цілеспрямованості, самоорганізації, самоорганізації. Як свідчить аналіз сучасної виховної практики діяльності вищого навчального закладу, у контексті сучасних тривожних подій активізується громадянська позиція студентської молоді.

Система національно-патріотичного виховання безпосередньо пов'язана з обороноздатністю держави, освітою, культурним та духовним розвитком суспільства. Віддзеркалюючи соціальний, економічний, оборонний, культурний і духовний потенціал української держави, національно-патріотичне виховання студентської молоді виступає як особлива, історично зумовлена форма соціальної практики, яка містить ідеологічні, навчально-методичні, програмно-нормативні, теологічні та організаційно-педагогічні складові, покликані задовольнити потребу суспільства у національно-патріотичному вихованні молоді на національних традиціях українського народу.

Державний підхід до проблеми національно-патріотичного виховання визначається Указом президента України від 13.10.2015 р. № 580 «Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей і молоді» [6, с. 2], «Концепцією національно-патріотичного виховання дітей і молоді» [3, с. 10], постановами Кабінету Міністрів, та міністерств оборони, освіти, культури та іншими державними установами владної вертикалі.

Навчальний процес у вищому навчальному закладі є основною ланкою професійного становлення студентів. Тому принципово важливо поєднувати теорію і практику, з найбільшою ефективністю передавати студентам необхідний обсяг знань навчити їх самостійно працювати над собою, вміло користуватися набутими знаннями [8, с. 37].

Сьогодні незаперечним є той факт, що важливими аспектами оновлення фізичного виховання повинні стати інноваційні підходи, спрямовані на усунення основних причин, що породжують деформоване ставлення до загальнолюдських цінностей фізичної культури, зокрема формування здорового способу життя у підростаючого покоління.

Національно-патріотичне значення спортивного туризму, як одного з видів фізичної культури і спорту реалізується в багаторічній підготовці туристів-спортсменів, охоплює загальну і спеціальну туристську підготовку: фізичну, технічну, тактичну, психологічну, топографічну.

Заняття спортивним туризмом сприяє удосконаленню загальної і спеціальної фізичної підготовленості особистості, які необхідні майбутнім фахівцям. Удосконалення таких спортивних якостей як витривалість, сила, швидкість, спритність відбувається під час тренувального процесу з подальшим використанням їх в змаганнях та в проведенні залікових туристичних походів [2, с. 119].

Особлива роль у навчально-виховному процесі відведена організації туристичних маршрутів з активним способом пересування та залучення студентів до занять фізичною культурою і туризмом. Треба організувати навчально-виховній процес таким чином, щоб студенти самостійно розробляли маршрути туристських походів враховуючи вікові особливості учасників, але при цьому намагалися якомога глибше донести місцевий колорит, красу рідної природи, її відновлювальні та оздоровчі властивості. В цьому і полягає національно-патріотичне ставлення до майбутньої професії [1, с. 24].

Тісний зв'язок спостерігається між фізичним здоров'ям і психологічним станом молоді. Фізичне, духовне та психічне загартування відбувається паралельно та здійснюється на заняттях із фізичної культури, через участь студентів у роботі спортивних секцій, під час спортивних змагань, туристичних походів, зльотів. Учасники туристичного походу забезпечують життєдіяльність туристичної групи в автономних умовах, кожен учасник походу має орієнтуватись на місцевості, долати перешкоди, обладнати табір, готувати страву, ремонтувати спорядження і одяг, надавати першу медичну допомогу.

В спортивному туризмі представлені всі види виховання, серед яких національно-патріотичне виховання, яке дуже актуальне в нашій країні. Учасники походу зустрічають на маршруті багато історичних пам'яток, які свідчать про минуле українського народу (від Трипільської культури, княжої доби, часів козаччини, пам'яток війн минулого століття), відвідують музеї, вкладають посильну допомогу в підтриманні пам'ятних місць в належному стані.

Спортивний туризм є невід'ємною складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту і спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом їх залучення до участі у туристичних походах різної складності, та змаганнях з техніки спортивного туризму. Спортивний туризм є важливим засобом сприяння підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої проблеми взаємного спілкування, дружніх стосунків між народами и зміцнення миру.

Фізична культура і спортивний туризм реалізують різноманітні спортивні, оздоровчі, рекреаційні, пізнавальні, виховні, економічні та інші функції. Головна особливість спортивного туризму полягає в тому, що він, на відміну від більшості інших видів спорту, не потребує відносно великих матеріальних видатків. По-перше, розвивається в існуючому природному середовищі і не вимагає значних капіталовкладень для підготовки та проведення туристсько-спортивних заходів та зведення спеціальних споруд для їх проведення; по-друге, матеріально-технічне та організаційне забезпечення зазначених заходів в значній мірі здійснюється силами та засобами самих туристів; по-третє, вже склалася і діє громадська система підготовки та підвищення кадрів, яка з мінімальними видатками з боку держави може й надалі ефективно функціонувати [5, с. 63].

Організаторами забезпечення реалізації концепції національно-патріотичного виховання студентів вищого навчального закладу є: вчена рада університету; деканати та кафедри; куратори академічних груп; профспілкова організація студентів; студентська академічна рада; студентські громадські організації; бібліотека університету; загально університетська газета, музей університету, спортивний клуб.

Досвід роботи зі студентами Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди показав зацікавлення студентів та позитивні результати організації фізичного виховання студентів, а саме в напрямку спортивно-оздоровчого туризму. Багато років у вузі проводяться одноденні та багатоденні туристичні походи, в яких беруть участь сотні студентів різних факультетів. У виховному процесі туристичної діяльності в центрі уваги знаходяться різні форми планових і організованих туристичних походів: вело подорожі, подорожі на човнах лижні походи, проведення різноманітних флешмобів та акцій національно-патріотичного спрямування. Щорічно відбуваються туристичні зльоти, присвячені Всесвітньому дню туризму. В програмі зльоту проводяться різноманітні змагання: розбивання табору, подолання смуги перешкод, велотуризм, водний туризм, конкурси рибалок, грибників, конкурс приготування національної страви, конкурс художньої самодіяльності та інші.

Кожного року студенти нашого вузу проходять літню навчальну практику на правому березі Канівського водосховища, в урочищі Бучак, мальовничому куточку України. На березі Дніпра на заповідних землях Трахтемирівського культурно-історичного заповідника, багатого історією від Трипільської культури до наших днів. Під час проходження практики студенти не тільки займаються виконанням завдань спортивної тематики, але й під час подорожей знайомляться та вивчають історію рідного краю.

Традиційними стали проведення спортивних змагань, туристичних акцій, велопробігів вшанування пам'яті викладачів, які віддали викладацькій роботі в вузі 20-30 років свого життя.

Всі заходи спортивної направленості, які відбуваються в вузі пов'язані з спортивно-туристською діяльністю відбуваються в прямому взаємозв'язку з національно-патріотичним та військово-фізичного вихованням, покликаному формувати майбутніх фахівців, патріотів України.

Висновки. Національно-патріотичне виховання засобами спортивного туризму, спираючись на мотивацію та ідеали особистості, формує дієве соціально культурне середовище, яке виховує звички здорового способу життя, наслідування позитивного досвіду та історичної пам'яті українського народу, почуття гордості за їх досягнення. Набуття вмінь та навичок спортивного туризму визначають рівень патріотичної свідомості майбутніх педагогів. В сучасних умовах, значно зросла роль і значення патріотичного виховання, це передбачає його більш глибоку і послідовну диференціацію, ґрунтовну і всебічну розробку у відповідності з тими конкретними завданнями практичного характеру, що покладаються на сучасну молодь у процесі навчання в вузі.

Обґрунтовано ефективність патріотичного виховання, яке значною мірою залежить від спрямованості навчально-виховного процесу форм і методів його організації, від повноти реалізації усіх його складових.

Забезпечення реалізації концепції національно-патріотичного виховання студентів вищих навчальних закладів здійснюється через різні форми пізнання рідного краю, його природи, історії, культури та усвідомлення важливих підходів до цінності власного здоров'я для подальшого розвитку особистості та її внеску в розбудову держави.

Список літератури:

1. Безкоровайна Л.А. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з туризмознавства в вищих навчальних закладах : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Л.А. Безкоровайна. – Запоріжжя, 2018. – 40 с.
2. Василенко С.М. Форми, методи і засоби національно-патріотичного виховання дітей та молоді в сучасних умовах [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.nbuv–gou.ua/old m_Natural/Vznu.../129-135.pdf
3. Зигунов В.Н. Военно-прикладное значение видов спортивного туризма / Зігунов В.М. // Молодий вчений. – 2018. – № 42. – С. 118-121.
4. Концепція національно-патріотичного виховання дітей і молоді від 16.06 2015 р. № 641 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.knpvdm16062015(2).doc
5. Коляда Н.М. Національно-патріотичне виховання студентської молоді в умовах ВНЗ : ДНПБ імені В.О. Сухомлинського. – 2016. – С. 18 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.lib/iitta.gov.ua704514(1) (Збірник остаточний. pdf).
6. Конох А.П. Теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців із спортивно-оздоровчого туризму в вищих навчальних закладах : автореф. дис. ... д-ра. пед. наук : 13.00.04 / А. П. Конох. – К., 2007. – 42 с.
7. Маланюк Т.З. Патріотичне виховання учнів основної школи засобами туристсько-краєзнавчої роботи : монографія / Т. Маланюк. – Івано-Франківськ: Місто НВ, 2017. – 304 с.
8. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні засади туристсько-краєзнавчої роботи у вищих навчальних закладах. навч.-метод. посібн. / Н.Є. Пангелова, Б.П. Пангелов. – Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О.М., 2015. – 202 с.
9. Указ Президента України «Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей і молоді на 2016-2020 роки від 13.10.2015 № 580 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.president.gov.ua/dokuments3342015-19131

Горбенко Н.И., Лой Б.И.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»

НАЦИОНАЛЬНО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Аннотация
В статье рассматриваются особенности национально-патриотического воспитания студенческой молодежи, в процессе их приобщения к спортивно-оздоровительному туризму, как важнейшему источнику формирования и укрепления здоровья, в системе физического воспитания и спорта в учебно-воспитательном процессе высшего учебного заведения. В статье акцентировано внимание на национально-патриотическое воспитание, определено взаимодействие военно-физического воспитания и туристско-оздоровительной подготовки студентов. Выявлены приоритетные направления работы в данной отрасли.
Ключевые слова: национально-патриотическое воспитание, военно-физическое воспитание, студенты, физическая культура, спортивный туризм.

Gorbenko M.I., Loy B.I.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University»

NATIONAL-PATRIOTIC EDUCATION OF STUDENTS BY MEANS OF SPORTS TOURISM IN A HIGHER EDUCATION INSTITUTION

Summary
The article considers the peculiarities of national-patriotic education of students in the process of their familiarization with sports and health tourism as the most important source of formation and strengthening of health in the system of physical education and sport in the educational process of higher education institution. The article focuses on the national-patriotic upbringing, defines the interaction of military-patriotic upbringing and tourist and health-improving training of students. Priority directions of work in the given branch are revealed.
Keywords: national-patriotic education, military-patriotic education, students, physical culture, sports tourism.

УДК 159.923

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я В СТРУКТУРІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ

Кириченко Т.В.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

Проведено результати аналізу наукових джерел із теоретико-методологічних і прикладних аспектів проблематики. Зазначено, що психічне здоров'я є однією з умов ефективної професійної діяльності майбутнього вчителя. Воно складає головну, відносно неспецифічну динамічну основу продуктивності всіх аспектів його професійної діяльності й досягнення вершин професіоналізму. Психічне здоров'я – це стан рівноваги між особистістю і середовищем, адекватної саморегуляції поведінки людини, здатності протистояти труднощам без негативних наслідків для здоров'я.
Ключові слова: психічне здоров'я, майбутні вчителі, емоційне вигорання, саморегуляція поведінки, особистість.

Постановка проблеми. Питання психічного здоров'я особистості є особливо актуальним у сучасних умовах політичної, економічної та соціальної нестабільності. Кризове суспільство спричиняє депресивне світосприйняття, зниження психологічної стійкості, збільшення песимістичних настроїв серед молоді. Тому проблема психічного здоров'я майбутніх вчителів є провідним завданням сьогодення, що обумовлює актуальність дослідження та пошуки оптимальних шляхів його збереження.

Психічне здоров'я є втіленням соціального, емоційного та духовного благополуччя (як ресурсу та стану), оскільки є потенційною передумовою забезпечення життєвих потреб щодо активного способу життя, досягнення власних цілей,

© Кириченко Т.В., 2019

адекватної та оптимальної взаємодії з людьми, соціальним оточенням [1; 3; 5].

Психічне здоров'я є однією з умов ефективної професійної діяльності вчителя. Воно складає головну, відносно неспецифічну динамічну основу продуктивності всіх аспектів його професійної діяльності й досягнення вершин професіоналізму [4; 7; 8]. У цьому контексті проблема збереження психічного здоров'я студентської молоді становить інтерес для сучасної науки, оскільки її розробка є надзвичайно актуальною та важливою для вирішення низки питань освітянської практики, пов'язаних, зокрема, з успішною адаптацією до навчання у виші, успішністю у навчанні, мотивацією до навчання, а отже, якістю підготовки майбутніх вчителів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Актуальність проблеми психічного здоров'я особистості зумовила увагу багатьох учених до її дослідження. У сучасній літературі зростає кількість публікацій, у яких розглядаються різні аспекти цієї проблеми. В основу вивчення формування уявлень про феномен психічного здоров'я покладені фундаментальні теоретичні розробки Л.І. Божович, Л.С. Виготського, А.В. Запорожця, О.М. Леонтьєва, С.Д. Максименка, С.Л. Рубінштейна, І.В. Дубровіної, О.В. Хухляєвої та інших провідних психологів. Психічне здоров'я розуміється дослідниками як здатність особистості до самореалізації, самоактуалізації, адекватного сприйняття себе та світу. Важливою складовою психологічного здоров'я особистості є наявність сенсу життя [2; 5].

Здоров'я людини розглядається, перш за все, як процес збереження і розвитку психічних і фізіологічних якостей, оптимальної працездатності та соціальної активності при максимальній тривалості життя [1]. Психічне здоров'я пов'язане з переважанням позитивних за своєю суттю рис характеру особистості, її моральністю, наявністю в неї стійкої ціннісної сфери тощо. Водночас особистість зможе контролювати вплив більшості цих чинників, для цього їй потрібно навчатись саморегуляції та самоконтролю, а це стосується поведінкової, афективної та когнітивної сфер [5; 6]. В умовах вищого навчального закладу психічне здоров'я є дуже важливим фактором, який визначає успішність студентів у навчальній діяльності, сприяє їхньому саморозвитку та безконфліктному спілкуванню [4]. Психологи наголошують на тому, що у юнацькому віці людина у найбільшій мірі потребує психологічної допомоги та підтримки [8]. У зв'язку з цим, важливим є вивчення психологічних детермінант, які спричинюють відхилення у психічному здоров'ї майбутніх вчителів під час здобуття професійної освіти у виші.

Мета статті – здійснити аналіз наукових джерел із теоретико-методологічних і прикладних аспектів психічного здоров'я майбутніх вчителів.

Виклад основного матеріалу. Поняття «здоров'я»має свої специфічні прояви на фізичному, психологічному і соціальному рівнях. На фізичному рівні здоров'я розглядають як динамічну рівновагу роботи всіх внутрішніх органів і їх адекватне реагування на вплив навколишнього середовища. Різні види серйозних органічних порушень впливають на зміни в психіці, особистісний статус і соціальну поведінку людини. Таким чином, рівень фізичного здоров'я виявляє міру благополуччя у функціонуванні організму. Психологічний пов'язаний з особистісним контекстом, у межах якого людина постає як психічне ціле. Соціальне здоров'я є показником ефективної комунікативної взаємодії [3]. Психічне здоров'я – це стан рівноваги між людиною і зовнішнім світом, адекватність її реакцій на соціальне середовище, а також на фізичні, біологічні й психічні впливи, відповідність нервових реакцій силі і частоті зовнішніх подразників, гармонія між людиною і оточуючими людьми, узгодженість уявлень про об'єктивну реальність людини з уявленнями інших людей, критичний підхід до будь-яких обставин життя. Поняття «психічне здоров'я» та «фізичне здоров'я» є тісно пов'язаними. Так, психічні проблеми особистості можуть викликати фізичні захворювання і навпаки – проблеми з фізичним здоров'ям можуть спровокувати появу негараздів з психічним станом людини [5].

Педагогічна діяльність має свою специфіку і відрізняється від інших категорій праці постійним нервово-емоційним напруженням. Це потребує від вчителя високої врівноваженості, терплячості, стриманості у ситуаціях, які стимулюють інтенсивне збудження. Також педагогічна діяльність одночасно виступає як праця, що має фізичне та інтелектуальне (розумове) навантаження. Професія вчителя характеризується нерівномірністю навантаження, розподілом уваги одночасно на декілька видів діяльності (творчу, організаторську, дослідницьку), постійним навантаженням на голосовий апарат. Таким чином, вже через 5-7 років постійної роботи в навчальному закладі у вчителя з'являються порушення здоров'я та захворювання (виснаження, педагогічні кризи, стреси, професійна деформація, емоційне вигоряння тощо), які відчутно знижують працездатність і ефективність професійної діяльності [7; 8].

Тісно пов'язані з поняттям психічного здоров'я «суб'єктивне благополуччя» та «якість життя». Суб'єктивне благополуччя відноситься до усіх типів оцінки, як позитивної, так і негативної, яку люди дають своєму життю. Сюди входять рефлексивні оцінки, такі як ступінь задоволення життям та роботою, інтерес, афективні реакції на події життя. Суб'єктивне благополуччя це загальний термін, який поєднує різні оцінки, за допомогою яких люди оцінюють своє життя, події, своє тіло та розум, обставини у яких вони живуть. Хоча благополуччя та неблагополуччя є «суб'єктивними» оскільки вони відносяться до досвіду людини, маніфестації суб'єктивного благополуччя та неблагополуччя можна спостерігати у вербальній та невербальній поведінці людини [2].

На відміну від суб'єктивного благополуччя, якість життя часто вважають більш «об'єктивним», таким що описує обставини життя, а також сприйняття, думки, почуття особистості та реакцію на обставини. Визначення якості життя за ВООЗ – це індивідуальне сприйняття позиції у житті у контексті культури та системи цінностей, у якій люди живуть та у зв'язку з їхніми цілями, очікуваннями, стандартами та переживаннями [1]. ВООЗ включає такі параметри оцінки життя:

1. Фізичні: енергійність, втома, фізичний дискомфорт, сон та відпочинок.

2. Психологічні: самооцінка, концентрація, позитивні емоції, негативні переживання, мислення.

3. Ступінь незалежності: повсякденна активність, працездатність, залежність від медикаментів та лікування.

4. Життя у суспільстві: соціальні зв'язки, дружні стосунки, прийняття людини у суспільстві, її соціальна значущість та професіоналізм.

5. Оточуюче середовище: житло та побут, безпека, дозвілля, доступ до інформації, екологія.

6. Духовні та особисті переконання.

Отже, під нормальним психічним здоров'ям розуміється гармонійний розвиток психіки, що відповідає віковій нормі окремої людини. Сприятливий функціональний стан розглядається як комплекс характеристик і функцій, які забезпечують ефективне виконання людиною завдань, що стоять перед нею в різних сферах життєдіяльності. Одним із провідних показників є розумова працездатність, яка інтегрує основні характеристики психіки – сприйняття, увагу, пам'ять, мислення тощо. Під розумовою працездатністю розуміють «певний об'єм роботи, яка виконується без зниження оптимального для даного індивідуума рівня функціонування організму». Висока розумова працездатність – це один з основних показників психічного здоров'я і важливий індикатор сприятливого функціонального стану організму загалом, що безпосередньо впливає на якість життя людини [1].

Психічне здоров'я психологи визначають як стан душевного благополуччя, для якого характерна відсутність хворобливих психічних виявів і який забезпечує адекватну умовам оточуючої дійсності саморегуляцію поведінки, діяльності [5]. Всесвітня організація охорони здоров'я сформулювала критерії психічного здоров'я, відхилення від яких можуть розглядатися як ознаки психічного розладу:

– усвідомлення та відчуття безперервності існування, постійність, ідентичність фізичного і психічного «Я»;

– відчуття подібності переживань в однотипних ситуаціях;

– критичне ставлення до себе, результатів своєї діяльності;

– відповідність психічних реакцій силі й частоті впливів, соціальних ситуацій та обставин;

– здатність до саморегуляції поведінки;

– планування своєї діяльності, реалізація цих планів;

– здатність змінити свою поведінку відповідно до ситуації [1].

Точної кількості цих критеріїв немає. Вони не мають чіткої ієрархії.

Продовжуючи розробляти проблему психічної норми, всесвітня організація охорони здоров'я визначає такі рівні психічного здоров'я:

· еталонне (ідеальне) здоров'я – повна адаптація індивіда, гармонійний розвиток, позитивні критерії психічного здоров'я, не прослідковується ймовірність психічних розладів;

· середньостатистичний рівень – стан показників психіки відповідає популяції з урахуванням статті, віку, соціального стану, соціокультурних умов тощо. На цьому рівні є ймовірність розладів поведінки (кризи індивідуального розвитку);

· конституціональний рівень – пов'язаний із типологіямипобудови психіки і тіла. На цьому рівні існує група ризику через побудову тіла й статуру;

· рівень акцентуацій – загострення особистісних рис характеру, в результаті чого людина стає вразливою;

· передхвороба – наявність окремих симптомів психічного розладу. Такі симптоми, як головний біль, розлади сну, дратівливість, запальність, емоційна лабільність, тривожність можуть перейти у хворобу.

Описуючи критерії психічного здоров'я, психологи головну роль відводять психічній рівновазі й пов'язаним із нею гармонійності організації психіки та її адаптивних можливостей, адекватності суб'єктивного сприйняття відображуваним предметам, явищам і обставинам, відповідності психічних реакцій інтенсивності зовнішніх подразників, упорядкованості й причинній обумовленості психічних явищ, високій розумовій працездатності, критичній самооцінці й оцінці оточуючих обставин, здатності до адекватної зміни поведінки відповідно до мінливості навколишнього оточення і його організації відповідно до прийнятих морально-етичних норм, почуттю прихильності й відповідальності стосовно близьких людей, здатності розробляти й здійснювати свій життєвий план [1; 3].

Більшість дослідників сходяться на думці, що причини напруженості психологічної діяльності зумовлені об'єктивними і суб'єктивними чинниками. Під об'єктивними чинниками розуміють зовнішні умови ситуації, її складність, тобто складні, напружені умови діяльності (завантаженість робочого дня, зіткнення з важкими, новими ситуаціями, підвищені інтелектуальні навантаження тощо). Суб'єктивні чинники – особливості особистості, які провокують надмірну чутливість людини до певних труднощів, тобто особистісні (мотиваційні, емоційні, соціальні) характеристики [5; 8].

Особистісний психологічний розвиток майбутнього вчителя залежить, багато в чому, від суб'єктивних чинників – його розумового та соціального дозрівання, досконалості моральної і духовної свідомості та гармонійності системи ціннісних орієнтацій. Відтак, специфіка ціннісних орієнтацій майбутнього вчителя в умовах вишу пов'язана зі спроможністю реалізувати позитивний потенціал практично (шляхом професійного спрямування), що формує значущі професійні риси фахівця, сприяє аналітичному підходу в оцінці своїх інтенцій, прискорює пристосування до подальших професійних вчинків і становить основний вектор особистісного розвитку [8].

Розвиток професійно значущих рис та цінностей майбутніх вчителів здійснюється у процесі відповідної професійної підготовки. Психічне здоров'я майбутнього вчителя розглядається науковцями як оптимальне функціонування усіх психічних структур, що необхідні для життєдіяльності і які забезпечують благополуччя і саморегуляцію поведінки. Соціально-технологічний прогрес спричиняє зростання негативного впливу на студентів інформаційних потоків; збільшення повсякденних фізичних та психологічних навантажень; загострення екзистенціонального почуття страху, невпевненості, розгубленості та роз-

чарування. Усе це негативно позначається на їх здоров'ї загалом і на психічному здоров'ї зокрема. Безсумнівно, тільки здорова людина з добрим самопочуттям, оптимізмом, психологічною стійкістю, високою розумовою й фізичною працездатністю здатна активно жити, успішно переборювати труднощі. Психічне здоров'я взаємопов'язане із емоційною, вольовою, мотиваційною і пізнавальною сферами, а також із психологічною стійкістю особистості. Психологічна стійкість поєднує у собі стабільність, врівноваженість, адекватність, здатність чинити опір.

Вченими-психологами в якості передумов і джерел психічного здоров'я розглядається широке коло феноменів, зокрема соціальні відносини, генетична схильність, матеріальний стан, задоволення потреб, фізична активність, прийняття себе, наявність сенсу і цілей життя та інші. Емпіричні дослідження довели, що люди з позитивним мисленням докладають більше зусиль для досягнення мети, зорієнтовані на досягнення успіху. Прагнення до пошуку позитивного у собі та світі, бажання вдосконалювати життя спонукають до позитивного мислення [6]. Дослідження вчених вказують про вплив позитивного мислення на професійну діяльність вчителя. Педагоги з таким типом мислення менше практикують такі захисні механізми як уникнення, позитивно формулюють проблеми, характеризуються стресостійкістю. Позитивне мислення має особливе значення для професійної діяльності вчителя, де важливими є креативність, наполегливість, прийняття відповідальних рішень, здатність ризикувати.

Висновки та перспективи. Отже, можна стверджувати, що психічне здоров'я – це стан рівноваги між людиною і зовнішнім світом, адекватність її реакцій на соціальне середовище, а також на фізичні, біологічні й психічні впливи, відповідність нервових реакцій силі і частоті зовнішніх подразників, гармонія між людиною і оточуючими людьми, узгодженість уявлень про об'єктивну реальність даної людини з уявленнями інших людей, критичний підхід до будь-яких обставин життя. Поняття «психічне здоров'я» та «фізичне здоров'я» є тісно пов'язаними. Так, психічні проблеми особистості можуть викликати фізичні захворювання і навпаки – проблеми з фізичним здоров'ям можуть спровокувати появу негараздів з психічним станом людини. Перспективи наших подальших досліджень вбачаємо у вивченні психологічних чинників збереження психічного здоров'я майбутніх вчителів та впровадження психологічного тренінгу для збереження й оптимізації їх психічного здоров'я.

Список літератури:

1. Андрос М.Є. Психічне здоровя особистості: психологічне консультування керівників шкіл / М.Є. Андрос // Освіта і управління. – Том 2. – 2008. – Число 2. – С. 64.
2. Бевзенко Л. Стили жизни переходного общества / Л. Бевзенко – Київ: Інститут соціології НАН України, 2008. – 416 с.
3. Галецька І.І. Психологічне здоров'я як проблема національної безпеки / І.І. Галецька // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна : збірник наук. праць – Львів: ЛьвДУВС, 2012. – Вип. 2(1). – С. 49-58.
4. Митяева А. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. Митяева. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 192 с.
5. Практикум по психологии здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2005. – 351 с.
6. Селигман М. Новая позитивная психология. Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – М.: София, 2006. – 368 с.
7. Смирнов Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.
8. Хусаинова Р.М. Зависимость психологического здоровья учителя от возраста и стажа педагогической деятельности: автореф. дисс. канд. психол. наук / Р.М. Хусаинова. – Казань, 2006. – 26 с.

Кириченко Т.В.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ В СТРУКТУРЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ

Аннотация
Проведено результаты анализа научных источников с теоретико-методологических и прикладних аспектов проблематики. Отмечено, что психическое здоровье является одним из русловий эффективной профессиональной деятельности будущего учителя. Оно составляет главную, относительно неспецифическую динамическую основу производительности всех аспектов его профессиональной деятельности и достижения вершин профессионализма. Психическое здоровье – это состояние равновесия между личностью и средой, адекватной саморегуляцией поведения человека, способности противостоять трудностям без негативних последствий для здоровья.
Ключевые слова: психическое здоровье, будущие учителя, эмоциональное выгорание, саморегуляция поведения, личность.

Kyrychenko T.V.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

MENTAL HEALTH IN THE FUTURE TEACHERS PROFESSIONAL PREPARATION STRUCTURE

Summary
The results of the analysis of scientific sources from theoretical, methodological and applied aspects of the problems are carried out. It is noted that mental health is one of the conditions for the effective professional activity of the future teacher. It constitutes the main, relatively non-specific dynamic basis for the productivity of all aspects of his professional activity and the achievement of heights of professionalism. Mental health is a state of balance between the individual and the environment, adequate self-regulation of human behavior, the ability to withstand the difficulties without negative consequences for health.
Keywords: mental health, future teachers, emotional burnout, self-regulation of behavior, personality.

УДК 796.011.3:[378.015.31:17.022.1]

ОСОБЛИВОСТІ ВИХОВАННЯ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Кравченко Т.П., Троценко Т.Ю., Базилевич Н.О.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

В статті висвітлені питання, зв'язані з вихованням морально-вольових якостей у студентської молоді, під час занять фізичною культурою. Здійснений аналіз узагальнення та систематизація літературних психолого-педагогічних джерел щодо особливостей виховання у студентської молоді морально-вольових якостей підчас занять фізичною культурою. Визначені фактори формування вольових якостей особистості. Охарактеризовано вплив фізичної культури на успішність та продуктивність виховання морально-вольових якостей у студентської молоді. Розкрито неможливість розвитку моральних якостей без розвитку вольових якостей особистості.
Ключові слова: вольові якості, моральні, морально-вольові, студенти, фізична культура.

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку суспільства найактуальнішим питанням є розвиток творчої та всебічно розвинутої особистості і формування в її межах морально-вольових якостей студентської молоді. Зважаючи на це складна динаміка соціально-економічного і політичного життя нашої країни, зумовлює потребу у формуванні нового типу особистості – психологічно стійкої, здатної приймати адекватні рішення і втілювати їх у життя, відстоювати свій шлях самореалізації, саморозвитку і самовдосконалення.

Психологічною основою формування цих здібностей, є високий рівень розвитку морально-вольових якостей особистості. Враховуючи те, що вольова сфера охоплює широкий спектр фізичних соціальних і психічних процесів та властивостей, можна стверджувати, що в процесі формування морально-вольових якостей пріоритетного значення набуває фізичне виховання та спорт яке визначається Законом України «Про фізичну культуру і спорт», Державною програмою розвитку фізичної культури і спорту, а також Цільовою комплексною програмою «Фізичне виховання – здоров'я нації». Тому можемо констатувати той факт, що особливе місце в розвитку морально-вольових якостей особистості належить системі фізичного виховання та спорту яка потребує нового підходу до формування особистості, що б могла не тільки реалізовувати завдання оволодіння теоретичними знаннями, навичками та уміннями, розвитку розумових і фізичних здібностей, а й формування морально-вольових якостей, які потрібні для збереження та зміцнення здоров'я.

Сучасна фізкультурно-спортивна підготовка студентської молоді й умови життя ставлять високі вимоги не тільки до фізичної підготовленості, моральних якостей, а й до вольової сфери особистості, тобто морально-вольові якості особистості що займається фізичною культурою мають бути на належному рівні і весь час вдосконалюватися. Актуальність дослідження волі обумовлена також суто практичними значенням, пов'язаними з формуванням морально-вольових якостей особистості, необхідних студентській молоді для розв'язання багатьох життєвих складних ситуацій [9; 10; 13].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психолого-педагогічній літературі вольовій сфері приділяється досить вагома увага. Вчені досліджували розвиток та формування окремих вольових якостей в процесі засвоєння та вдосконалення різних видів діяльності, насамперед,

© Кравченко Т.П., Троценко Т.Ю., Базилевич Н.О., 2019

спортивної і навчальної В. Селіванов, Е. Ільїн, А. Пуні, Б. Смірнов та інші вони розробили характеристики різних вольових якостей, дали рекомендації щодо виховання волі в спортсменів. Найбільш дослідженими виявилися такі якості волі, як цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, витримка, самостійність, сміливість, стійкість, самовладання та ініціативність [6; 11; 12; 14].

Питання морального розвитку висвітлюється в наукових дослідженнях В. Селіванова, А. Сембрат, І. Бех та інших [3; 12; 13].

Актуальність дослідження вольової сфери обумовлена також суто з практичної точки зору, це пов'язано з формуванням вольових якостей особистості, необхідних для розв'язання багатьох життєвих перешкод і ситуацій що складаються. Різні аспекти цієї проблеми досліджували В. Іванников, Є. Ільїн, А. Пуні, В. Селиванов, В. Калін [5; 6; 7; 8; 11; 12].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Вивчення теоретичного й практичного стану проблеми дає підставу констатувати, що в результаті психолого-педагогічних досліджень розроблено певні шляхи та засоби виховання морально-вольових якостей у спортсменів та осіб, що займаються фізичною культурою, які займаються різними видами спорту. Однак не дивлячись на детальне вивчення науковцями вольової, та морально-вольової сфери, поза увагою залишилося таке питання, як особливості виховання у студентської молоді морально-вольових якостей під час занять фізичною культурою.

Мета роботи – теоретично проаналізувати, узагальнити погляди стосовно структури морально-вольової сфери особистості та висвітлити взаємозв'язки між заняттями фізичною культурою й спортом та підвищенням рівня розвитку морально-вольових якостей студентської молоді.

Виклад основного матеріалу. Аналіз науково-методичної літератури теорії та практики в якій накопичено великий об'єм інформації щодо вивчення і досліджень проблематики формування морально-вольових якостей молоді, засвідчує що одні автори не розглядають волю в морально-вольових якостях як самостійний компонент, а інші виділяють волю як самостійну якість, але розглядають і досліджують її лише однобічно тобто як здатність особистості долати поставлені перед нею труднощі. Зважаючи на велике різноманіття поглядів перед нами постає завдання педагогічного розуміння характеристики морально-вольових якостей, з'ясування компонентів з яких вони складаються та їх взаємозв'язок. Це ті питання, без відповіді на які неможливо забезпечити ефективне вирішення проблеми виховання у студентської молоді морально-вольових якостей під час занять фізичною культурою.

Як стверджував Л. Божович, вольова організація особистості людини, яка володіє стійкою системою мотивів, цілісним світоглядом та необхідними вольовими якостями, будь-які перепони що постають перед нею в житті, є незначними і легко вирішуються. Виходячи з сказаного вище можемо узагальнити, що найголовнішим у вольовій організації особистості є той чинник, що духовні потреби особистості сильніше розвинені, ніж елементарні, і тому володіють більшою вмотивованістю. Зважаючи на це можемо підсумувати, що кожна особистість здатна наполегливо працювати, долаючи різні перешкоди та труднощі, щоб досягати поставлених перед собою завдань, якщо в неї є такі якості, як цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, витримка, самостійність, сміливість, стійкість, самовладання та ініціативність, які формує і розвиває кожен самостійно. Оскільки проблема виховання та розвитку вольових якостей є напряму зв'язаним з питанням загального морального виховання особистості [4].

Отже, зважаючи на різноманіття поглядів і позицій стосовно існування проблеми загального вольового розвитку особистості та засобів його визначення простежується досить чітка тенденція вивчення окремих вольових якостей, які виявилася з самого початку вивчення проблеми волі й успішно продовжується і поглиблюється в сучасних експериментальних дослідженнях [2; 6; 9]. Оскільки загальний вольовий потенціал особистості представлений у роботах, окремими властивостями виникає бажання побачити в переліку якостей, що пропонують різні автори, певну систему, структуру, взаємозв'язки, визначити системо утворюючий фактор вольової організації особистості. Е. Ільїн [6] виділяє горизонтальну і вертикальну структуру вольових якостей. Горизонтальну становлять задатки – типологічні властивості нервової системи. Вертикальна структура нагадує тришаровий пиріг: знизу лежать природні задатки – нейродинамічні особливості; на них накладається другий шар – вольове зусилля, що ініціюється і стимулюється соціальними та особистісними факторами, та третій шар – мотиваційна сфера, насамперед, моральні принципи людини (моральні компоненти волі). Ступінь прояву вольової якості залежить від того, наскільки виражена сила потреби і наскільки людина розвинена у моральному плані. Ієрархічна будова характерна також для класифікації В. Каліна [8]. Залежно від функцій вольової регуляції, він поділяє вольові властивості на базальні (первинні) та системні (вторинні). У системних вольових якостях, таких як наполегливість, дисциплінованість, самостійність, цілеспрямованість, ініціативність, організованість, найбільш виражена особистісна саморегуляція діяльності. Структуру вольової організації особистості не можна розглядати у відриві від об'єктивних умов діяльності, якою займається людина. Вивчаючи спортивну діяльність, А. Пуні [11] довів, що розвиток тих чи інших вольових якостей спортсменів залежить від специфічних вимог певного виду спорту. Для одних видів спорту – найголовнішими є наполегливість та впертість, для других – сміливість і рішучість, для третіх – витримка і самовладання. Особливу роль автор відводить цілеспрямованості – якості, яка, на його думку, поєднує всі інші вольові властивості в єдину систему і зумовлена системою життєвих цілей і мотивів людини.

Особливості рухової та емоційної активності особистості проявляються у вольових якостях кожної окремої особистості. Крім того, свідома регуляція поведінки й діяльності студентської молоді залежить від її вольових та моральних якостях. Вольові якості – це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнення особистістю рівня свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою.

Також в поведінці людини важливу роль відіграє мораль, тобто саме моральне виховання визначає напрямок вольових проявів кожної окремої особистості. Мораль – це система ідей, принципів, законів, норм і правил поведінки та діяльності, які регулюють гуманні стосунки між людьми [1].

Зважаючи на духовний морально-вольовий розвиток особистості через заняття фізичною культурою та спортом набуває вагомого соціального значення проблема розвитку та взаємодії вольової сфери та морального зростання особистості. Відповідно до цих даних при характеристиці особистості спортсмена чи учня що займається фізичною культурою варто, в першу чергу, мати на увазі зрілість його свідомості, стійкість характеру, та високі моральні якості.

Формування моральних й інтелектуальних основ вольових проявів має визначне значення для корекції дій та вчинків студентської молоді, у залежності від різноманітних причин. Вагоме місце в теоретичних дослідженнях займає питання подолання різноманітних труднощів як окремих умов прояву і розвитку волі студентської молоді.

Як в повсякденному житі так і підчас занять фізичною культурою можуть виникати напружені та складні ситуації, що створюють значні труднощі і в той же час вимагають від студентів швидких, точних, сконцентрованих і безпомилкових дій. Ефективність процесу розв'язання проблемних ситуацій особистістю, колективом, керівником в емоційно напруженій ситуації в значній мірі визначається високим рівнем їх готовності до них. Динамічність напружених ситуацій, нерідко вкрай жорстка і вимагає своєчасного та адекватного рішення, що обумовлюється необхідністю завчасної психологічної підготовки студентської молоді до виконання раптово виникаючих ускладнених завдань та складних ситуацій [1; 3; 14].

Можемо підсумувати, що будь-яка життєва ситуація передбачає детальне та глибоке вивчення та розв'язання даної проблеми. Це особливо характерно для напруженої ситуації що виникає підчас занять фізичною культурою, яка об'єднує ситуативні чинники з потребами, мотивами, цілями та відносинами між студентами. Отже, складна емоційно напружена ситуація, як і будь-яка ситуація, втілює у собі єдність об'єктивного і суб'єктивного. Об'єктивне – це ускладнені умови та інформаційний процес діяльності; суб'єктивне – стан, установки, способи дій в різко змінених умовах.

Зважаючи на зазначене вище можемо констатувати, що виховання вольових якостей не є вихованням їх як самостійних якостей. Це процес безперервних життєвих, трудових, побутових дій, діяльності підчас занять фізичною культурою, а також взаємовідносин між студентами їх взаємодією з навколишнім середовищем і світом в цілому. Бути завжди готовим до вирішення та розв'язання будь-якої ситуації, в складних умовах, є дуже необхідною навичкою для молодої людини. А в спортивній діяльності це значить бути готовим до раптово змінюваних умов проживання, змагання, харчування, психологічного навантаження та стресу. Тобто бути готовим у будь-якому стані вийти на ігровій майданчик, доріжку, ринг тощо, і показувати максимальний результат не зважаючи ні на самопочуття, суддівство, психологічний стан: тривожність, невпевненість та ін. Тобто бути готовим до прийняття моментального рішення, при різноманітних обставинах та умовах, в цьому і є сенс виховання морально-вольових якостей. На змаганнях, коли досягається стан понад напруги, коли вже здавалося б не контролюються власні дії, усупереч втомі, болю, коли вже здавалося, що неможливо виконати ті чи інші дії, все таки приймається правильне рішення і правильна рухова реакція отримує логічне завершення. Це все можна назвати добре вихованою силою волі, коли всі якості поєднанні є дуже важливими, для досягнення поставленої цілі.

Отже, проблеми формування морально-вольових якостей у психології фізичної культури і спорту висвітлюються в певних наукових результатах методики вольової підготовки, студентської молоді, у використання пояснень у методичних дослідженнях і у практиці фізичного виховання і спортивній діяльності. Аля це не дає повної картини вирішення всіх питань поставленої проблеми. Важливо, що її вивчення та розробка надає допомогу практиці фізичного виховання і спорту.

Тому формування вольових якостей є однією з складових готовності до вирішення будь-якої ситуації, тобто воно має йти паралельно з формуванням фізичної, психологічної та моральної готовності особистості.

Фактори формування вольових якостей особистості:

· самовладання, яке формується з двох частин. Перша містить всі показники, пов'язані з процесами саморегуляції: самовладання та витримка, самовладання, високий самоконтроль, вольовий самоконтроль, емоційна стійкість, висока нормативність поведінки. На другому міститься показник, що характеризує «жорстокість»;

· цілеспрямованість, він формується з показників, що характеризують цілеспрямованість, наполегливість і завзятість та мотивацію до успіху;

· вольового самоконтролю, складається з двох частин: на першому містяться показники вольового самоконтролю, наполегливості і самовладання; на другому – показники впевненості в собі і розслабленості. Аналіз цих показників свідчить, що їх поєднання обумовлюється змістом особистісних властивостей, взаємопов'язаних з проявом вольового самоконтролю;

· соціальної сміливості, перша складова має показники соціальної сміливості та імпульсивності, а друга – мотивацію уникання невдач. Це свідчить про, притаманну активність в соціальних контактах, соціальну сміливість, готовність до ризику;

· емоційної стійкості, першою складовою якого є формування емоційної стійкості і самоконтролю. Друга складається з показників, що означають впевненість і розслабленість. Отже, особам такого типу притаманні врівноваженість емоційного стану, витриманість, орієнтованість на виконання соціальних вимог, внутрішній спокій і впевненість у собі;

· ініціативність, складається з показників ініціативності та самостійності, експресії та імпульсивності;

· сміливість і рішучість, цілеспрямованість, наполегливість і завзятість, ініціативність і самостійність, самовладання і витримка. Також показники впевненості в собі і розслабленості. Отже, властива сміливість, ініціативність, спрямованість на досягнення поставленої мети, що обумовлюється впевненістю в собі [2; 6; 8].

Всі ці вольові, моральні та морально-вольові якості активно розвиваються підчас занять фізичною культурою й спортом та мають неоціненний вплив на людину, оскільки охоплюють не тільки її фізичну сферу, а й духовну та емоційну, – тобто тіло й душу. Наприклад, в спортивних та рухливих іграх розкривається особистість студента. Ставлення студентів один до одного в запалі спортивної боротьби показує їхній характер. Егоцентрична людина в грі вибирає для себе кращу роль, прагне підкорити гру собі. А чуйна людина буде насамперед членом команди, допоможе іншим добре зіграти, намагатиметься залучити їх до гри. Вона задіє до гри слабкого гравця й підтримуватиме його, буде вірна своїй команді й зіграє щосили. Така людина бачить у грі можливість установлення добрих контактів і міцної дружби. Так, як людина ставиться до інших у грі, так вона може ставитися й до оточуючих і в повсякденному житті.

В результаті дослідження визначено, що приймаючи участь у змаганнях деякі студенти ставлять перед собою мету досягнути позитивного результату для підняття свого престижу, підвищення власної значущості, інші – ідентифікують себе, виходячи з тих цінностей, які переживають у колективі. У зв'язку з цим та з метою виховання вольових якостей науковці рекомендують до програми занять з фізичного виховання включати завдання з додатковими ускладненими вправами. Науковці вважають, що спортивне змагання є найкращим природним стимулом для прояву граничних зусиль: при м'язовій напрузі, при напрузі уваги, при виконанні дій в умовах стомлення, спрямованих на дотримання режиму, на подолання страху й невпевненості [15].

Також сприяють правильним емоційним стосунками студентів, спортивні та рухливі ігри. Вони активізують творчість, уяву, фантазію. Заняття фізичною культурою й спортом виховують морально-вольову сферу студента. У процесі навчання рухів, удосконалення фізичних здібностей обов'язково приводяться в дію, виявляються та розвиваються моральні та вольові риси особистості. Без цього немислима реалізація жодного завдання на шляху до фізичної досконалості. Специфічними факторами виховання вольових рис є систематичне подолання труднощів, які постійно зростають. При цьому труднощі повинні відповідати можливостям студентської молоді. Тобто логіка процесу фізичного виховання й логіка виховання волі збігаються, тому що підпорядковані одним закономірностям і принципам.

Висновки і пропозиції. Таким чином, на підставі аналізу співвідношення моральних і вольових якостей з'ясовано, що моральні якості поза волею не існує, тобто моральні якості виховують разом з вольовими якостями. Водночас вольові якості можуть розвиватися окремо від моральних якостей, адже вольова активність може бути цілком аморальною. Відзначимо, що людина може проявляти свої вольові якості не тільки для досягнення власних цілей, а й для блага суспільства, в якому вона проживає. У цьому випадку його вольові вчинки оцінюються ще й з точки зору загальноприйнятих норм моралі і стають у такому разі проявом морально-вольових якостями. Отже, аналіз психолого-педагогічної літератури дозволив охарактеризувати сутність та зміст фізичної культури до формування морально-вольових якостей в студентської молоді. Перспективи подальшого дослідження за даною проблемою: дослідити рівень готовності студентської молоді факультету фізичного виховання до формування морально-вольових якостей під час занять фізичною культурою.

Список літератури:

1. Апресян Г.Г. Мораль. Этика: Энциклопедический словарь [Под ред. Р.Г. Апресяна, А.А. Гусейнова]. М.: Гардарики, 2001. С. 275-282.
2. Березовська І.В. Особливості розвитку вольових якостей студентів у навчально-професійній діяльності: автореф. ... дис. канд. психол. наук. 2007. 18 с.
3. Бех І.Д. Виховання особистості: [підручник]. К.: Либідь, 2008. 848 с.
4. Божович Лидия Ильинична. Личность и ее формирование в детском возрасте. Мастера психологии. СПб. [и др.]: Питер, 2008. 398 с. ISBN 978-5-91180-846-4.
5. Иванников В.А., Эдман Е.В. Структура волевых качеств по данным самооценки. Психолигический журнал. 1990. № 3. С. 23.
6. Ильин Е.П. Психология воли. 2-е изд. Е.П. Ильин. СПб.: Питер, 2011. 368 с.
7. Ильин Е.П. Психология воли. [2-е изд.]. СПб.: Питер, 2009. 368 с.
8. Калин В.К. Психология воли: сборник научных трудов. Симферополь, 2011. 208 с.
9. Лисяк В.М. Оцінка впливу фізичної культури та спорту на формування особистих якостей студентів. Режим доступу: http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2010-08/10lvnfpq.pdf
10. Ольховнікова А.В., Куракіна О.М. Вплив фізичного виховання на формування особистості студентів. Режим доступу: http://www.rusnauka.com/25_DN_2008/Sport/28999.doc.htm
11. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. М., 1977. С. 23.
12. Селиванов В.И. Избранные психологические произведения: воля, её развитие и воспитание. Рязань: Изд. Рязанского гос. пед. института, 1992. 572 с.
13. Сембрат А.Л. Моральне виховання старшокласників у навчально-виховному процесі гімназії: автореф. дис. ... канд. пед. наук. К., 2007. 21 с.
14. Смирнов Б.Н. Психологические основы воспитания воли в физическом воспитании и спорте. Психология [Под ред. А.Ц. Пуни]. М.: ФИС, 1984. С. 41-52.
15. Суббота Ю. Фізична культура в ієрархії цінностей сучасного студента. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, Т. 1. 2008. С. 114-118.

Кравченко Т.П., Троценко Т.Ю., Базилевич Н.О.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Аннотация
В статье освещаются вопросы, с которыми возникают морально-волевые явления в студенческой молодежи, во время занятия физической культурой. Осуществление анализа обобщения и систематизации литературных психолого-педагогических источников об особенностях развития студенческой молодежи морально-волевых качеств во время занятия физической культурой. Определены факторы формирования волевых качеств личности. Охарактеризованы влияние на физическую культуру на успешность и производительность воспитания морально-волевых качеств у студенческой молодежи. Раскройте невозможность развития нравственных качеств без развития волевых качеств личности.
Ключевые слова: волевые качества, нравственные, морально-волевые, студенты, физическая культура.

Kravchenko T.P., Trotsenko T.Yu., Bazelevych N.O.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

PECULIARITIES OF UPBRINGING AT THE STUDENTS YOUTH MORAL AND WILLING QUALITIES DURING PHYSICAL CULTURE CLASSES

Summary
The article deals with the questions, connected with upbringing moral and willing qualities of students youth, during physical culture classes. The analysis of generalization and systematization of literary psycho-pedagogical sources as for peculiarities of upbringing the students youth moral and willing qualities during physical culture classes were made. The factors of forming willing qualities were determined. The influence of physical culture towards the progress and productiveness of upbringing moral and willing qualities of students youth was highlighted. The impossibility of the development of moral qualities without development willing qualities of personality was outlined.
Keywords: willing qualities, moral, moral-willing, students, physical culture.

УДК 796.011:37.091.5

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ВИХОВАННЯ ДИСЦИПЛІНОВАНОСТІ ПІДЛІТКІВ

Мовчан В.П.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

На основі аналізу наукової літератури та результатів педагогічного експерименту, здійсненого на базі загальноосвітніх шкіл № 4, № 1 м. Переяслав-Хмельницького автором визначені шляхи формування дисциплінованості підлітків у процесі фізкультурно-спортивної діяльності. Фізкультурно-спортивна діяльність створює сприятливі умови для виховання у підлітків цілого комплексу морально-вольових якостей. Зокрема, вихованню дисциплінованості сприяє суворе дотримання правил і вказівок тренера, тренувального режиму. Вдалому вирішенню завдань з формування дисциплінованості сприятимуть правильно організована спільна діяльність в процесі занять фізкультурою і спортом, їх емоційність, суспільно-корисний характер, поєднання особистої і суспільної зацікавленості. Особливо важливу роль у вихованні особистості відіграє тренер-педагог, його особистий приклад та уміння згуртувати колектив і налагодити довірливі дружні стосунки з кожним вихованцем.
Ключові слова: підлітковий вік, дисциплінованість, фізкультура, спорт, морально-вольові риси характеру.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень, публікацій. В сучасних економічних умовах перед українською школою стоїть важливе завдання виховання в учнів дисциплінованості, яка передбачає цілеспрямоване зосередження уяви, волі, всіх інтелектуально-творчих здібностей і сил на досягненні певних особистісно та суспільно значимих цілей.

© Мовчан В.П., 2019

Формування особистості і її виховання відбуваються в процесі різноманітних видів діяльності, серед яких важливе значення має фізична культура і спорт. Фізкультурно-спортивна діяльність об'єднує в собі прагнення до високого спортивного результату, розвиток фізичних, морально-вольових здібностей якостей, організований спосіб життя, колективістський характер.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема виховання підростаючого покоління засобами фізкультури і спорту є предметом вивчення багатьох наук – педагогіки, психології, медицини, гігієни, соціальної педагогіки. Різні аспекти цієї проблеми досліджувались Є. Дорошенком, В. Добринським, В. Велитченком, О. Вишневським, Н. Кальніним, Ю. Кисельовим, О. Остапенком [3; 4; 5; 6; 8]. Фізична культура як вид соціальної діяльності, спрямований на зміцнення здоров'я і розвиток фізичних здібностей, розглядається у працях П. Коробейнікова, Б. Шияна, Г.А. Лещенко, В.О. Бушуєва [3; 14]. Роль фізкультури у процесі естетичного виховання розкрита у роботах В. Климента, В. Омельчука [9; 10]. Питання виховання дисциплінованості школярів у різний час піднімали А. Макаренко, Ю. Бабанський, Т. Победоносцев, А. Вардомацький та інші [1; 2].

Аналіз літератури дозволив дійти висновку, що багато дослідників у своїх працях вказують на широкі можливості фізичної культури у плані виховання особистості, однак не простежують взаємозв'язку між заняттями фізкультурою і формуванням свідомої дисципліни у дітей і підлітків.

З огляду на це метою даної статті є визначення можливостей фізкультурно-спортивної діяльності з формування дисциплінованості особистості в підлітковому віці.

Щоб реалізувати таку мету необхідно, по-перше, уточнити структуру дисциплінованості як інтегральної властивості особистості та особливості її формування у школярів і, по-друге, визначити можливості формування дисциплінованості у підлітків у процесі фізкультурно-спортивної діяльності.

У вітчизняній психолого-педагогічній літературі дисциплінованість визначають як свідоме підпорядкування своєї поведінки певним правилам [7; 8]. Свідома дисципліна проявляється в тому, що підліток без примусу визнає для себе обов'язковим виконувати правила і розпорядження, підтримувати порядок і вимагати цього від інших. Однак дисциплінованість – це цілісна, конкретна, психологічно більш складна і діалектично більш суперечлива властивість особистості, аніж звичайний послух чи зовнішній культурний прояв. Як інтегральна якість особистості, вона визріває в дитині поступово, залежно від формування її світогляду, громадянських переконань, цілеспрямованості і волі, навичок і звичок поведінки, ініціативи і самостійності та принциповості, у процесі всіх провідних видів діяльності, стосунків та спілкування [1, с. 114]. Ця якість особистості утворюється як елемент свідомості і спосіб практичної звичної дії у процесі накопичення досвіду успіхів і досягнень, завдяки індивідуальним та колективним зусиллям. Засвоюється дитиною як подолання, боротьба, розв'язання реальних життєвих завдань. Діалектика формування свідомої дисципліни полягає в єдності і суперечливому взаємозв'язку виконавської діяльності дитини та ініціативи і суспільної активності, які вона виявляє.

На думку вчених формування дисциплінованості у школярів проходить три стадії. На доморальному рівні (перша стадія) дитина виконує вимоги, боячись покарання. На конвенційному рівні (друга стадія) дотримання дисциплінарних вимог визначається намаганням належати групі, суспільству, відповідати їх вимогам з метою самозбереження. На автономному рівні розвитку дисциплінованості (третя стадія) особистість добровільно підпорядковує власну поведінку певним правилам, бо переконана, що жити їй потрібно згідно норм, прийнятих нею добровільно [5, с. 420].

Дисциплінованість як вольова риса характеру інтегрує в собі цілеспрямованість, самостійність, організованість, старанність, наполегливість, гнучкість, здатність підпорядковуватись певним правилам і вимогам і є запорукою успіхів у навчанні. Вона є ніби підґрунтям (першою сходинкою) у формуванні інших вольових якостей. Традиційно будучи предметом уваги педагогів, дисциплінованість у початкових класах пізнається через старанність, у 6-8 класах – через незалежність, а у старших класах різко виокремлюється на фоні ініціативності, відповідальності, наполегливості, активності, для яких постає ієрархом.

Одним із найбільш ефективних засобів виховання дисциплінованості у підлітковому віці є, безперечно, фізкультура і спорт. Мета занять з фізкультури полягає не тільки в оздоровленні підростаючої молоді, отриманні ними відповідних знань, умінь і навичок, а передусім у формуванні всебічно розвиненої особистості.

Спортивна діяльність це діяльність спільна. З іншими видами діяльності її поєднує ідейна спрямованість, особиста і колективна зацікавленість у кінцевому результаті. В усіх видах діяльності, окрім спортивної, об'єктом свідомості і волі підлітків є різноманітні предмети, явища, інші люди. А в спорті людина є об'єктом і суб'єктом діяльності, оскільки вона працює над собою, удосконалюючи свої фізичні і морально-вольові якості. Підлітки, які займаються в спортивних секціях і регулярно відвідують заняття з фізичної культури, відрізняються від інших не тільки високими показниками здоров'я, а й у цілому ставленням до життя, вони мають зовсім інші психологічні особливості характеру та оптимістичний життєвий настрій.

Мета – визначити за даними літературних джерел, та за результатами експерименту шляхи формування дисциплінованості підлітків у процесі фізкультурно-спортивної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Результати дослідження рівня розвитку вольових якостей у неповнолітніх, проведеного на базі загальноосвітньої школи № 4, № 1 м. Переяслав-Хмельницького свідчать про те, що школярі середнього шкільного віку, які систематично займаються спортом, порівняно із своїми ровесниками, не залученими до нього, виявляють вищий рівень складових дисциплінованості, а саме: організованості на 18%; особистої відповідальності – на 7%, колективізму – на 9%, виконавської дисципліни –

на 5,8%, самоорганізації – на 10,3%, активності та ініціативності – на 4% і загалом дисциплінованості – на 9%. Це пов'язано з тим, що спортивна діяльність створює дуже сприятливі умови для виховання морально-вольових якостей особистості. Емоційність і колективний характер, різноманітність позитивних мотивів, постійне прагнення до фізичного і духовного удосконалення, максимальна реалізація своїх творчих здібностей всі ці особливості спортивної діяльності роблять її одним з найефективніших засобів формування дисциплінованості у школярів.

Однак практика показує, що виховний вплив спортивної діяльності залежить від того, як вона організована, чим мотивується, які створює взаємовідносини між спортсменами і оточуючими. Правильно організована суспільна діяльність в процесі занять фізкультурою і спортом сприяє вдалому вирішенню виховних завдань, вона є справжньою школою набуття морального досвіду, а сам процес спортивного тренування одним із важливих засобів виховання. З одного боку, це виховання патріотизму, свідомої дисципліни, самостійності, чесності, товариськості, взаємодопомоги; з іншого сміливості, рішучості, працелюбності, ініціативності, наполегливості. Звичайно, всі ці якості не можуть виховуватись самі по собі, вони залежать від систематичної, цілеспрямованої і наполегливої праці тренера і від його особистості. Спілкування тренера з вихованцями здійснюється як у процесі тренувальних занять і під час спортивних змагань, так і поза ними, що зобов'язує тренера знати умови життя учнів, їхні успіхи в навчанні. Це потрібно для того, щоб тренер міг поєднувати виховний вплив на тренувальних заняттях з вихованням у сім'ї і школі. Тренер-педагог, який не зможе цього зробити, не зможе виховати ні спортсмена, ні людину.

Важливе значення для формування дисциплінованості має цілеспрямований, організований і колективний характер спортивних занять. Спортивній команді, як колективу, притаманні деякі особливості. По-перше, в спортивному колективі існують єдині для всієї команди суспільно значущі цілі це те, на що спрямована діяльність (досягнення високого результату і перемога в змаганнях); по-друге, високоморальні, адекватні цілям мотиви – це те, що зумовлює прагнення людини до даної мети (задоволення особистих і спільних інтересів, потреб і ін.); спільна діяльність усіх членів, яка спрямована на досягнення цих цілей. Виховання в спортивному колективі сприяє формуванню у вихованців почуття колективізму, розуміння того, що мета досягається лише у взаємодії з іншими, а результат залежить від внеску кожного гравця, що допомагає прояву самостійності й ініціативності. У спортивному колективі створюються сприятливі умови для виховання у дитини почуття відповідальності, яке характеризується усвідомленням особистістю загальнозначущого обов'язку. Відповідальність – це характерне для колективу свідоме, добросовісне ставлення до змісту, цілей і завдань своєї роботи. В індивідуальних видах спорту (легка атлетика, боротьба та ін.) відповідальність не проявляється так, як у командних видах (футбол, баскетбол, волейбол та ін.). Це пояснюється тим, що результат в індивідуальних видах залежить від одного спортсмена, а в командних від усієї команди, тобто від того, наскільки відповідально кожен ставиться до спільної справи, від здатності приймати правильне рішення, від таких якостей особистості, як працелюбність, дисциплінованість, вимогливість, наполегливість, які необхідні для досягнення результату.

Висновки. Фізкультурно-спортивна діяльність створює сприятливі умови для виховання у підлітків цілого комплексу морально-вольових якостей. Зокрема, вихованню дисциплінованості сприяє суворому дотриманню правил і вказівок тренера, тренувального режиму. Вдалому вирішенню завдань з формування дисциплінованості сприятимуть правильно організована спільна діяльність в процесі занять фізкультурою і спортом, їх емоційність, суспільно-корисний характер, поєднання особистої і суспільної зацікавленості. Особливо важливу роль у вихованні особистості відіграє тренер-педагог, його особистий приклад та уміння згуртувати колектив і налагодити довірливі дружні стосунки з кожним вихованцем.

Список літератури:

1. Ареф'єв В.Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту), навч. посібник. – Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2001. – С. 125-126.
2. Бабанский Ю.К., Победоносцев Т.А. Комплексный подход к воспитанию учащихся (в вопросах и ответах). – К., 1995. – С. 25-26.
3. Бушуева В.О. Формирование здорового образа жизни у старшеклассников: дис. канд. пед. наук. – Пятигорск, 2002. – С. 115-116.
4. Вардомацкий А.В. Моральная регуляция поведения личности. – М.: Просвещение, 1986. – 157 с.
5. Васьков Ю. Зміст фізкультурної освіти як категорія дидактики // Фізичне виховання в школі. – 2002. – № 3. – С. 37-42.
6. Васьков Ю.В. Теоретичні і методичні засади навчання фізичної культури учнів основної школи: дис. докт. пед. наук: 13.00.02. – Київ, 2013. – 505 с.
7. Денисенко Н.Ф. Формування здорового способу життя у дітей із особливими потребами як складової їхньої життєвої компетентності // Управління школою. – 2005. – № 35. – С. 7-9.
8. Євтушевська Н. Виховання особистості в спорті // Рідна школа. – 2005. – № 4. – С. 38-40.
9. Євтушевська Н. Мотивація школярів до занять фізичною культурою і спортом // Рідна школа. – 2005. – № 11. – С. 25-26.
10. Єжова О.О. Теоретичні і методичні засади формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів: дис. докт. пед. наук: 13.00.07. – К.: Інститут проблем виховання НАПН України, 2013. – 490 с.
11. Іваній І.В. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2013. – № 3. – С. 82.

12. Каминер А.М. Предупреждение и преодоление отклонений в поведении допризывной молодежи: дис. канд. пед. наук. – М., 2002. – С. 150-151.
13. Киселев Ю.Я. Влияние спорта на формирование личности. – М.: Знание, 1981. – 64 с.
14. Лещенко Г.А. Формування позитивної мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами: дис. канд. пед. наук. – Кр. Ріг, 2002. – С. 34-35.
15. Мангура М. Здоровий спосіб життя – одна із форм підвищення пізнавальної та рухової активності учнів // Фізичне виховання в школі. – 2001. – № 2. – С. 126-127.
16. Мойсеюк П.Є. Педагогіка: Навчальний посібник. – К., 2001. – 608 с.
17. Москаленко Н.В. Фізичне виховання школярів: [монографія]. Дніпропетровськ: Інновація, 2014. – 372 с.
18. Сальцева С.В. Актуализация социального воспитания во внеучебной деятельности школьников. – М.: Научное обозрение. – № 4. – 2006. – С. 36-37.
19. Полулях А. Формування здорового способу життя школярів засобами фізичного виховання в умовах ступеневої освіти // Фізичне виховання в школі. – 2002. – № 4. – С. 35-38.

Мовчан В.П.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ОДНО ИЗ СРЕДСТВ ВОСПИТАНИЯ ДИСЦИПЛИНИРОВАННОСТИ ПОДРОСТКОВ

Аннотация
На основе анализа научной литературы и результатов педагогического эксперимента, осуществленного на базе общеобразовательных школ № 4, № 1 Переяслав-Хмельницкого автором определены пути формирования дисциплинированности подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Физкультурно-спортивная деятельность создает благоприятные условия для воспитания у подростков целого комплекса морально-волевых качеств. В частности, воспитанию дисциплинированности способствует строгое соблюдение правил и указаний тренера, тренировочного режима. Удачному решению задач по формированию дисциплинированности способствовать правильно организованная совместная деятельность в процессе занятий физкультурой и спортом, их эмоциональность, общественно-полезный характер, сочетание личной и общественной заинтересованности. Особенно важную роль в воспитании личности играет тренер-педагог, его личный пример и умение сплотить коллектив и наладить доверительные дружеские отношения с каждым питомцем.
Ключевые слова: подростковый возраст, дисциплинированность, физкультура, спорт, морально-волевые черты характера.

Movchan V.P.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

PHYSICAL-SPORT ACTIVITY AS ONE OF THE MEANS OF STUDY OF DISCIPLINATION OF UNEMPLOYED

Summary
On the basis of the analysis of scientific literature and the results of a pedagogical experiment carried out on the basis of secondary schools in Pereyaslav-Khmelnytsky, the author identified ways of forming discipline of adolescents in the process of physical culture and sports activities. Physical-sports activity creates favorable conditions for the education of adolescents of a complex of moral and volitional qualities. In particular, the education of discipline contributes to strict adherence to the rules and instructions of the trainer, the training regime. A successful solution to the tasks of forming discipline will promote properly organized joint activities in the process of physical education and sports, their emotional, socially beneficial nature, the combination of personal and social interest. A trainer-teacher, his personal example and the ability to rally the team and establish trusting friendly relations with each pupil plays an especially important role in the education of the individual.
Keywords: adolescence, discipline, physical education, sport, moral-volitional character trait.

УДК 378.134:164

ДОСВІД СТАНОВЛЕННЯ КАФЕДРИ ТУРИЗМУ В УМОВАХ ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Обозний В.В.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

Кафедра туризму НПУ імені М.П.Драгоманова, здійснюючи в процесі становлення пошук свого місця на ринку науково-освітніх і туристичних послуг, активно працює над проблемою підготовки фахівців для сфери туризму в умовах педагогічного університету. Пріоритетним напрямом у діяльності кафедри туризму визначено підготовку туристських кадрів, здатних моделювати туристський бізнес у внутрішніх регіонах країни. Відповідно до освітньої стратегії розвитку регіонального туризму передбачається залучати шкільні (позашкільні) колективи до різних форм цікавої і змістовної туристсько-краєзнавчої роботи, які стимулюють появу нових перспективних видів місцевого туризму. З цією метою науково-дослідна лабораторія кафедри розробляє як послідовні стадії і моделі, так і створює інтегративну інноваційну систему професійної підготовки майбутніх менеджерів туризму в умовах педагогічного університету.
Ключові слова: кафедра туризму, освітня стратегія розвитку регіонального туризму, поєднана підготовка педагогічних і туристських кадрів.

Постановка проблеми. В останні десятиріччя в зв'язку із попитом на якісні туристські послуги постійно підвищуються вимоги до професійної підготовки менеджерів з туризму. Тому об'єктивно у різних вищих навчальних закладах поступово запроваджується спеціалізована професійна туристична освіта (у транспортному університеті, університеті харчових технологій, торгово-економічному університеті і т. д.), у багатьох вишах організовано факультети готельно-ресторанного та туристичного бізнесу. Сьогодні в Україні підготовку бакалаврів з туризму забезпечують понад 100 вишів різного профілю (класичні університети, вузькопрофільні економічні, технологічні, педагогічні навчальні заклади). Зокрема, 20 київських вишів здійснюють підготовку фахівців за спеціальністю «Туризм».

Як показує освітня практика, крім загальних труднощів (навчальне перевантаження, відсутність гідної оплати праці, складність підвищення своєї кваліфікації тощо), з якими доводиться зустрічатися персоналу новостворених кафедр туризму, виявляються і специфічні проблеми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Туристична освіта сьогодні вимагає створення гнучкої багаторівневої освітньої системи. Вчені (Н. Габчак, А. Казьмерчук, Л. Кнодель, В. Федорченко, Г. Цехмістрова, Л. Шпак, Г. Щука та інші) вказують, що головним фактором, який забезпечує належну якість підготовки фахівців для сфери туризму, виступає рівень професійних знань і умінь, компетентність викладацьких кадрів. В сучасних умовах нарівні з туристичними та фінансовими ресурсами на перший план виступає «викладач», його здатність: освоювати ефективні освітні технології, забезпечувати поєднання наукових досліджень з освітньою та господарською практикою, адаптуватися до умов швидкозмінного освітньо-інноваційного середовища тощо.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. В останні роки у багатьох педагогічних вишах за відсутності галузевих стандартів пропонуються послуги з туристичної освіти за різними освітньо-кваліфікаційними рівнями підготовки. В зв'язку із зменшенням кількості вступників актуальною постає проблема із перспективами новостворених кафедр туризму. Враховуючи посилення конкуренції на ринку освітніх послуг, перед кафедрами туризму, які функціонують у педагогічних вишах, виникла необхідність у конкретизації напрямів їх становлення та розвитку. Якщо підготовку фахівців для сфери туризму у транспортному виші спрямовано на якісне транспортне обслуговування туристів, у харчовому – на систему харчового сервісу і т.д., то у педагогічному виші постає питання: яким чином шкільна (позашкільна) практика повинна допомагати у формуванні місцевого туристичного продукту. Тобто, актуальною стає розробка наукових засад поєднаної підготовки педагогічних та туристських кадрів, зокрема розробки форм і методів педагогічно орієнтованої підготовки майбутніх менеджерів туризму щодо використання «шкільного» ресурсу, а майбутніх педагогічних фахівців – щодо профорієнтаційного спрямування шкільної туристсько-краєзнавчої роботи на сферу обслуговування, зокрема туризм.

Мета статті – окреслити концептуальний підхід та досвід становлення кафедри туризму в умовах педагогічного університету.

Виклад основного матеріалу. В Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова підготовку фахівців за напрямом «Туризм» було розпочато у 2004 року на кафедрі географії України та краєзнавства, а у 2009 році почала функціонувати новостворена кафедра туризму. З початку свого утворення кафедра туризму вирішувала такі взаємопов'язані завдання: пошук свого місця на ринку освітньо-професійних послуг; формування стабільного колективу кафедри; розробка освітніх програм і навчально-методичних комплексів підготовки бакалаврів і магістрів туризму у педагогічному університеті; приведення навчально-методичної та науково-дослідної роботи кафедри в певну систему, яка б сприяла науковому зростанню молодих викладачів і піднесенню студентської науково-дослідної роботи.

Кафедра туризму, здійснюючи пошук свого місця на ринку освітньо-професійних послуг, спрямовує свою діяльність: на підготовку туристичних кадрів, здатних моделювати туристський бізнес на конкретній території і сприяти ство-

© Обозний В.В., 2019

ренню нових робочих місць; на підготовку фахівців для розвитку туризму у внутрішніх регіонах країни із залученням загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладів; на розробку науково-педагогічних засад поєднаної підготовки педагогічних і туристських кадрів.

З початку свого функціонування кафедра туризму вирішувала завдання формування стабільного колективу (у 2009 році у складі кафедри працювало 3 викладачі основного складу та 17 викладачів-сумісників), який забезпечував би належну якість освітнього процесу. Труднощі при комплектуванні кафедри туризму були викликані відсутністю науково-педагогічних працівників з фаховою туристичною освітою та досвідом практичної роботи. В першу чергу до складу кафедри були залучені кращі випускники-магістри з базовою туристичною освітою, які паралельно працювали над підготовкою кандидатських дисертацій. Як показав досвід кафедри туризму, створення умов для становлення і постійного зростання науково-професійного рівня персоналу є копіткою і довготривалою роботою.

Враховуючи, що туристична освіта здійснюється у педагогічному університеті, кафедрою туризму було актуалізовано спільну основу у підготовці туристичних і педагогічних кадрів: коли менеджер туризму зацікавлений у формуванні туристичного продукту на місцевому рівні, а педагогічний фахівець – в профорієнтаційному спрямуванні шкільної позакласної (позашкільної) роботи з учнями в сферу обслуговування, зокрема в туризм.

З метою приведення навчальної та науково-дослідної роботи кафедри в певну систему, яка б сприяла, зокрема, науковому зростанню молодих викладачів і піднесенню студентської науково-дослідної роботи було реорганізовано науково-дослідну лабораторію кафедри та заплановано на 2012-2018 рр. виконання чотирьох взаємопов'язаних проектів.

В результаті виконання профорієнтаційного проекту «Краєзнавство і туризм в Малій академії наук» (2012-2013 рр.) було розроблено організаційно-методичну систему пошуку, навчання і профорієнтації здібної учнівської молоді в профільно-орієнтованому туристичному напрямі та видано два навчальних посібники. Сьогодні Мала академія наук учнівської молоді (МАН) – це навчально-виховне об'єднання, в основі якого знаходиться пошуково-творча діяльність учнівської молоді, апробація та визнання якої відбувається під час щорічних підсумкових заходів на різних рівнях (від місцевого до всеукраїнського). Учні в МАН займаються пошуково-дослідницькою роботою. Саме вона передбачає перші сходинки у світ «великої науки», які не тільки стимулюють одержання ґрунтовних загальноосвітніх знань, але й дають елементарну обізнаність із особливостями наукової роботи. Здобуваючи знання і здійснюючі свої «маленькі відкриття» в конкретній галузі наукового пізнання, юні дослідники поступово опановують досвід складних взаємовідносин із світом природи і суспільства.

В основі пошуково-дослідницької діяльності учнів в системі МАН знаходиться краєзнавство. Шкільна і позашкільна краєзнавча освіта об'єктивно формують окремий систематизований напрям регіональної навчально-виховної діяльності, який надбудовується над предметною системою навчання. В цьому випадку можна говорити про пізнавально-духовне поле, у якому культурологічний зміст будь-якого навчального предмета має доцільність і своє функціонально визначене місце. Регіонально-культурологічні знання, інтегруючись в українознавчу сферу знань, способів діяльності і ціннісних орієнтацій, стають одним із засобів саморозвитку особистості матеріальної культури українців; історично-уставлені форми організації їх співжиття, які виникли саме краєзнавство найбільш повно розкриває: регіональні особливості духовно-в результаті трудової діяльності; пояснює механізм появи і розвитку більшості явищ традиційно-культурної спадщини українцівт ощо. Саме через туризм і краєзнавство учні мають можливість на власні очі побачити красу та біду рідноїземлі, ознайомитись з історією, культурою, традиціями свого народу, загартуватись як морально, так і фізично. При цьому навчання і виховання учнів – це в значній мірі період індивідуалізації і соціалізації, відкриття та утвердження власного унікального і неповторного. Тому зміст навчання і виховання в МАН, в першу чергу, повинен бути зорієнтований на створення освітньо-пошукової опори і емоційно-почуттєвого сприйняття, які допомагають підтримувати і гармонізувати відчуття внутрішньої спорідненості людини і оточуючого світу. Тим самим закладається основа не тільки засвоєння різноманітних знань, але й одержання умінь об'єднувати ці знання з метою формування цілісної картини оточуючого світу, розвитк урегіонально-соціумної культури в особистій свідомості. Так, навчання географії у профільній школі передбачає використання учнями наукового знання у реальному житті на основі активізації їх навчальної та практично-дослідноїдіяльності. Використання МАН в умовах переходу до профільного навчання передбачає (з використанням дистанційного навчання) рівний доступ до повноцінноїосвіти різних категорій учнів незалежно від територіальноїабо будь-якої іншої ознаки [2, с. 234-239].

Виконання організаційно-дослідницького проекту «Становлення та розвиток Науково-навчального центру «Синевир» (2012-2014 рр.) було спрямовано на удосконалення діючих та розробку більш ефективних технологій підготовки майбутніх менеджерів туризму. В результаті виконання проекту було розроблено принципово нову навчальну технологію підготовки майбутніх менеджерів туризму на основі реалізації науково-дослідної складової виробничих практик. На різних курсах вони змодельовані таким чином, щоб розвивати у студентів науково-дослідницькі компетенції, а на їх основі формувати компетенції професійні. Зміст і структура виробничих практик поступово розширюють діапазон сформованих на молодших курсах дослідницьких знань і вмінь щодо моделювання туристського бізнесу. При цьому забезпечується поетапність формування різних типів дослідницьких компетенцій, на основі яких у студентів формуються: на початковому етапі переважно базові компетенції, а на завершальному – спеціальні компетенції, що відображають специфіку професійної діяльності в галузі туризму.

Введення у програму виробничої практики інтегруючого навчально-дослідницького модуля забезпечує поєднання її науково-дослідницької

і компетентнісної складових, що підвищує якість підготовки студентами, в першу чергу, бакалаврських і магістерських робіт.

Запроваджена система організації науково-дослідницької роботи студентів під час виробничої практики передбачала застосування послідовної сукупності дослідницьких методів і засобів навчання, спрямованих на формування наукової культури майбутніх менеджерів туризму. Введення у програму виробничої практики інтегруючого навчально-дослідницького модуля забезпечило поєднання науково-дослідницької і компетентнісної складових, а в цілому – цілісність виробничої практики [5, с. 106-110].

З метою розробки навчально-методичних комплексів підготовки бакалаврів і магістрів туризму у педагогічному університеті було виконано науково-дослідницький проект «Теоретичні та методичні засади ступеневої підготовки менеджерів туризму в умовах педагогічного університету» (2015-2016 рр.). Виконання проекту було спрямовано на пошук ефективних форм підготовки бакалаврів за освітньо-професійною програмою, а магістрів – за освітньо-науковою програмою. Кафедрою розроблено освітні програми підготовки фахівців освітніх ступенів «бакалавр» і «магістр» за спеціальністю 242 «Туризм» (2017) та наскрізні програми практичної підготовки студентів освітніх ступенів «бакалавр» і «магістр» за спеціальністю 242 «Туризм» (2017).

Кафедра туризму у своєму творчому пошуку намагається забезпечувати розвиток освітньої діяльності на основі якісних змін. Вважаємо, що сьогодні науковий пошук з метою забезпечення якісної освіти стає основною інновацією в освітній системі. Магістральним напрямком у цій діяльності є перехід від інформаційно-накопичувальної моделі освіти до методологічно орієнтованої моделі, яка формує у майбутнього фахівця здатність до творчого мислення і наукового пошуку. Здійснюючи пошук ефективних форм і технологій підготовки фахівців для сфери туризму, кафедра та її науково-дослідна лабораторія створюють зразки навчально-виробничих систем, оволодівши технологіями яких, майбутні менеджери туризму зможуть трансформувати набуті та розробляти власні підходи щодо розвитку туристичної сфери.

При цьому слід вказати на суттєві труднощі в організації роботи персоналу кафедри: в навчально-методичній роботі – це відсутність галузевих стандартів за різними освітньо-кваліфікаційними рівнями підготовки, часті корективи навчальних планів, значна кількість дрібних професійно-орієнтованих навчальних курсів, необхідність врахування науково-методичної роботи на впровадження дистанційної системи навчання тощо; в науковій роботі – це відсутність у науці наукового напряму з туризму, у окремих науковців – вищої фахової туристичної освіти і відповідного туристичного мислення, майже у викладачів – досвіду практичної роботи в туризмі тощо.

В результаті виконання науково-дослідницького проекту «Поєднана підготовка педагогічних та туристських кадрів» (2017-2018 рр.) запропоновано в умовах педагогічного університету підготовку туристських кадрів здійснювати відповідно до традиційної ресурсно-технологічної стратегії розвитку туризму та відповідно до розробленої освітньої стратегії розвитку регіонального туризму. Освітня стратегія розвитку регіонального туризму передбачає появу нових перспективних видів туристичної діяльності на основі різноманітних форм шкільної (позашкільної) туристсько-краєзнавчої роботи. Саме шкільні (позашкільні) колективи повинні виявитись тим важелем, з допомогою якого доцільно профорієнтаційно спрямовувати шкільну позакласну (позашкільну) туристсько-краєзнавчу роботу на формування місцевого туристичного продукту і розвиток регіонального туризму. Освітня стратегія розвитку регіонального туризму передбачає: *по-перше*, шкільна туристсько-краєзнавча робота профорієнтаційно спрямовується на сферу обслуговування і туризм, що стимулюватиме створення нових робочих місць, зокрема для випускників місцевих шкіл; *по-друге*, шкільна (позашкільна) туристсько-краєзнавча діяльність сприятиме формуванню туристичного продукту на місцевому рівні та розвитку самодіяльного дитячо-юнацького туризму (пізнавально-оздоровчого, еколого-краєзнавчого, оздоровчо-спортивного тощо); *по-третє*, в самодіяльному туризмі напрацьовуються і відшліфовуються різноманітні форми краєзнавчої та екскурсійної діяльності (освоєння екскурсійних стежин і маршрутів туристських походів, проведення туристичних зльотів і змагань, етнографічно-туристична творчість тощо), які можуть бути використані у становленні туризму як ефективної галузі економіки.

Змістова система шкільного (позашкільного) краєзнавства і туризму включає: шкільне навчальне краєзнавство, позакласну краєзнавчо-туристську роботу, пошуково-дослідницьку роботу учнів в системі Малої академії наук,позашкільну краєзнавчу роботу, туристську підготовку учнів [1, с. 24-33].

Таким чином, кафедра туризму виділяє і розробляє як послідовні стадії і моделі, так і намагається створити інтегративну інноваційну систему професійної підготовки майбутніх менеджерів туризму в умовах педагогічного вищого навчального закладу.

Висновки і пропозиції. Кафедра туризму НПУ імені М.П Драгоманова в період свого становлення забезпечувала розвиток освітньо-наукової діяльності на основі якісних змін. Науковий пошук з метою забезпечення якісного професійного навчання став основною інновацією в освітній роботі кафедри. Магістральним напрямком у цій діяльності є перехід від інформаційно-накопичувальної моделі освіти до методологічно орієнтованої моделі, яка формує у майбутнього фахівця здатність до творчого мислення і наукового пошуку.

Пріоритетним напрямом у діяльності кафедри туризму залишається підготовка туристських кадрів, здатних моделювати туристський бізнес (відповідно до традиційної ресурсно-технологічної стратегії розвитку туризму). Проте, здійснюючи пошук ефективних форм і технологій підготовки фахівців для сфери туризму, науково-дослідною лабораторією кафедри розроблено освітню стратегію розвитку регіонального туризму. Відповідно до освітньої стратегії розвитку регіонального туризму краєзнавство та шкільний туризм повинні закладати основу для формування місцевого туристичного продукту та активізації самодіяльного туризму, а на його основі – здійснюватися розвиток регіонального туризму. З цих позицій стає необхідним: по-перше, проведення з боку держави

цілеспрямованої інвестиційної політики, спрямованої на всебічний розвиток краєзнавства і шкільного туризму, які стимулюють появу нових перспективних видів місцевої туристичної діяльності; по-друге, розвиток регіонального туризму ставить питання щодо актуалізації спільної основи у підготовці педагогічних і туристських кадрів, коли менеджер туризму зацікавлений у формуванні внутрішнього туристичного продукту, а педагогічний фахівець – у спрямуванні шкільної позакласної (позашкільної) роботи з учнями в профорієнтаційно-орієнтованому туристичному напрямі.

Список літератури:

1. Бабкова С.В., Обозний В.В. Освітня стратегія розвитку регіонального туризму / С.В. Бабкова, В.В. Обозний // Управління освітою. – № 9. – 2018. – С. 24-33.
2. Бабкова С.В., Обозний В.В. Пошук ефективних форм профорієнтації учнів сільської місцевості на сферу туризму / С.В. Бабкова, В.В. Обозний // Теоретичні і прикладні напрямки розвитку туризму та рекреації в регіонах України: Збірник наукових праць. – Кіровоград, 2016. – С. 234-239.
3. Обозний Василь. Краєзнавство і дитячо-юнацький туризм як основа появи нових видів самодіяльного і становлення галузевого туризму / В.В. Обозний // Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти: Збірник наукових праць. Додаток до вісника ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хмельницький, 2017. – С. 239-244.
4. Обозний В.В. Науково-методичні основи пошуку ефективних форм підготовки фахівців для сфери туризму в умовах педагогічного університету / В.В. Обозний // Туризм і краєзнавство: Збірник наукових праць. – Додаток до Гуманітарного вісника ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хмельницький, 2014. – С. 127-132.
5. Обозний В.В. Організація виробничої практики майбутніх менеджерів туризму в Науково-навчальному центрі «Синевир» / В.В. Обозний // Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти: Збірник наукових праць. – Додаток до Гуманітарного вісника ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хмельницький, 2016. – С. 289-292.

Обозный В.В.
Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова

ОПЫТ СТАНОВЛЕНИЯ КАФЕДРЫ ТУРИЗМА В УСЛОВИЯХ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Аннотация
Кафедра туризма НПУ шимени М.П.Драгоманова, осуществляя в процес се становлення поиск свого места на рынке научно-образовательных и туристических услуг, активно работает над проблемой подготовки специалистов для сферы туризма в условиях педагогическо гоуниверситета. Приоритетной в деятельности кафедры туризма определена підготовка туристських кадров, способных моделировать туристський бизнес во внутренних регионах страны. В соответствии с образовательной стратегией развития регіонального туризма предполагается привлекать школьные (внешкольные) коллективы к различным формам интересной и содержательной туристско-краеведческой работы, которые стимулируют появление нових перспективних видов местного туризма. С этой целью научно исследовательская лаборатория кафедры туризма разрабатывает как последовательные стадии и модели, так и создает интегративную инновационную систему профессиональной підготовки будущих менеджеров туризма в условиях педагогического университета.
Ключевые слова: кафедра туризма, образовательная стратегия развития регіонального туризма, соединенная підготовка педагогических и туристических кадров.

Oboznyi V.V.
Dragomanov National Pedagogical University

EXPERIENCE OF BECOMING OF DEPARTMENT OF TOURISM IS IN TERMS PEDAGOGICAL UNIVERSITY

Summary
Department of tourism of NPU of the name M.P. Dragomanov, carrying out in the making the search of the place at the market of scientifically educational and tourist services, actively works on the problem of preparation of specialists for the sphere of tourism in the conditions of pedagogical university. Training of tourist personnels able to design tourist business in the internal regions of country is certainin activity of department of tourism priority. Innaccordance it is assumed to bring over school (out-of-school) collectives educational stratedgy of development of regional tourism to the different forms of interesting and rich in content tourist and local lore work, that stimulate appearance of new perspective types of local tourism. To that end the research laboratory of department of tourism develops both the successive stages and models and creates the integrative innovative system of professional preparation of future managers of tourism in the conditions of pedagogical university.
Keywords: department of tourism, educational strategy of development of regional tourism, united training of pedagogical and tourist personnels.

УДК 005.1:330.322

ОСНОВИ ІНВЕСТИЦІЙНОГО МЕНЕДЖМЕНТУ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ

Романенко О.В.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

У статті розглядається проблема розробки та удосконалення теоретичних і науково-практичних положень варіативної програми «Основи інвестиційного менеджменту» підготовки бакалавра, галузі знань 24 «Сфера обслуговування» спеціальності 242 «Туризм». Відповідно система підготовки майбутніх менеджерів туризму повинна забезпечувати готовність до різноцільового інвестиційного проектування, спрямованого на появу перспективних видів туристичної діяльності.

Ключові слова: інвестиційний менеджмент, програма, прибутковість, співпраця, проектування, професійна самореалізація, моделювання, бізнесові процеси, студенти.

Постановка проблеми. Підготовка студентів повинна базуватися на програмах, що враховують перспективні проблеми економіки, та готувати майбутніх менеджерів туризму до діяльності на міжнародному тур ринку, забезпечити майбутнім спеціалістам всебічний розвиток шляхом оволодіння знаннями та вміннями, що дозволяють оптимально діяти, заохочувати до самостійного мислення шляхом їхньої власної ініціативи та активності. Якщо професійна підготовка фахівців туризму відповідатиме цим критеріям, фахівці туризму будуть конкурентоспроможними на світовому тур ринку. Сучасний працівник туристичної галузі може здійснювати конкурентоспроможну діяльність тільки за умов глибокого опанування знань у галузі економіки туризму, управління, регулювання, інвестиційного менеджменту, глобальних інформаційних та інноваційних технологій, навиками практичної та економічної підготовки.

Перший віце-прем'єр – міністр економічного розвитку і торгівлі Степан Кубів та міністр освіти і науки Лілія Гриневич підписали протокол щодо розподілу повноважень у сфері інновацій та домовилися про ключові напрями співпраці. Відповідно до нових домовленостей МОН формуватиме інноваційне середовище в навчальних і наукових закладах, а Мінекономрозвитку забезпечить умови для комерціалізації винаходів. МОН формуватиме інноваційне середовище в школах, вищих наукових установах, працюватиме над створенням комунікаційних платформ для спілкування винахідників та бізнесу. А Мінекономрозвитку створюватиме умови для комерціалізації винаходів та ініціатив у реальному секторі економіки. Степан Кубів додав: «...для розвитку стартап – середовища в Україні потрібна широка співпраця міністерств та відомств з бізнес-спільнотою, посилення комунікації з інвесторами та значні зміни до чинного законодавства як на рівні законів, так і на рівні підзаконних нормативних актів.» Тому розроблена програма «Основи інвестиційного менеджменту» відповідно сучасним покликанням є актуальна та формуватиме комерційне середовище в навчальному, науковому закладі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На початку XXI століття концепція реформування освіти України почала докорінно переглядатися, створювалися програми її зближення з європейським освітнім і науковим простором. В працях вчених (В. Андрущенка, Е. Бабичевої, Л. Вовк, Е. Краснякова, М. Степка та інших) досліджувалися шляхи модернізації української освіти, зорієнтованої на інтегрування національної системи освіти у європейський простір. Участь освітян країни у європейських перетвореннях спрямована на розвиток системи освіти і набуття нових якісних ознак, а не на втрату кращих традицій та зниження національних стандартів якості. При цьому еволюцію системи освіти не можна відокремлювати від інших сфер суспільства [1, с. 205].

Внесок у вирішенні проблем професійної підготовки студентів та організації навчального процесу у вищому закладі освіти внесли вчені В. Андрущенко, В. Бондар, І. Бех, І. Зязюн, М. Євтух, В. Кремень, М. Шкіль та ін.

Теорія та практика професійної туристичної освіти розглядалися в працях Л. Лук'янової, Я. Олійника, Л. Поважної, І. Смирнова, Н. Хмілярчук, Г. Цехмістрової. Раціональне використання туристичних ресурсів у професійній освіті майбутнього фахівця з туризму представлено в дослідженнях І. Смирнова, О. Бейдика, В. Стафійчука, Є. Панкової, О. Малиновської.

Питання теорії і практики інвестиційного менеджменту досліджували такі зарубіжні вчені, як: Г. Александер, Г. Бірман, Д. Бейлі, Л. Гітман, М. Джонк, Л. Крушвіц, Д. Норткотт, У. Шарп, С. Шмідт, Ф. Фабоцци, М. Яхяєв та інші.

Методологічні та загальнотеоретичні аспекти інвестиційного менеджменту досліджували такі українські й іноземні фахівці, як І. Бланк, В. Гриньова, В. Коюда, Т. Лепейко, С. Погасій, М. Ушакова та інші.

Економічний підхід у вивченні локальних соціально-економічних комплексів передбачає їх розгляд як самостійних відтворювальних систем. Як правило, досліджуються умови і чинники комплексоутворення, ресурсний потенціал, рівень господарського освоєння території, галузева, територіальна та функціональна структура господарства [2, с. 12].

В наш час туризм є одним з найприбутковіших видів бізнесу. В нього щорічно вкладають понад 10% всіх світових інвестицій. Невід'ємною складовою світового туристичного процесу є вітчизняна туристична галузь [3, с. 120].

Держава проголошує туризм одним з пріоритетних напрямів розвитку національної культу-

© Романенко О.В., 2019

ри та економіки і створює сприятливі умови для туристичної діяльності. Основними напрямами державної політики в галузі туризму є: залучення громадян до раціонального використання вільного часу, проведення змістовного дозвілля, ознайомлення з історико-культурною спадщиною, природним середовищем, організація оздоровлення населення; забезпечення раціонального використання та збереження туристичних ресурсів, становлення туризму як високорентабельної галузі економіки України, створення ефективної системи туристичної діяльності для забезпечення потреб внутрішнього та іноземного туризму; створення та вдосконалення нормативно-правової бази в галузі туризму відповідно до чинного законодавства України, міжнародних норм і правил; захист прав та інтересів держави в галузі туризму; створення сприятливого для розвитку туризму податкового, валютного, митного, прикордонного та інших видів контролю; створення економічних умов, які стимулюють розвиток туризму в Україні; запровадження пільгових умов для організації туристичної та екскурсійної роботи серед дітей, підлітків, молоді, інвалідів та малозабезпечених верств населення; заохочення національних та іноземних інвестицій в розвиток туристичної індустрії та ін. [4, с. 79].

Іноземне інвестування може здійснюватися в різних формах залежно від типу інвестора, його мети та ступеня ризику, на який він готовий. Основними типами прямих іноземних інвестицій зазвичай бувають: створення спільних підприємств; започаткування діяльності дочірніх підприємств; укладання ліцензійних угод з вітчизняними фірмами; придбання неконтрольних пакетів акцій вітчизняних фірм-емітентів; купівля контрольних пакетів акцій у підприємств, що їх випускають і реалізують [5, с. 180].

Спрямованість України до вимог ЄС потребує розробки нових освітніх моделей професійної підготовки фахівців туризму, здатних забезпечити сталий розвиток туризму. Нинішня проблема освітньої системи пов'язана з тим, що випускники навчальних закладів, зустрівшись із вимогами сучасного ринку, часто відчувають труднощі у вирішенні професійних проблем та започаткуванні власного бізнесу. Тому складається думка, що сьогодні недостатньо лише теоретичних знань. Головним є конкурентоспроможність фахівців на ринку праці. Усі ці обставини вимагають формування у майбутніх менеджерів туризму істотно нових якостей.

Практичний досвід формування готовності майбутніх менеджерів туризму до інвестиційного проектування виокремлює низку суперечностей між: потребами туристичної галузі у фахівцях, які здатні ефективно здійснювати інвестиційне проектування, і професійним рівнем їхньої готовності до цього виду діяльності; накопиченими теоретичними знаннями й галузевим досвідом інвестування та реальним їхнім використанням у практиці підготовки майбутніх менеджерів туризму до цієї діяльності; вимогами туристичного ринку щодо професійної готовності фахівців до інвестиційного проектування [6, с. 3].

Мета статті – висвітлити зміст та спрямованість варіативної програми «Основи інвестиційного менеджменту» для студентської туристичної освіти педагогічного університету як чинника формування життєвої і професійної самореалізації та подальшого моделювання бізнесових процесів обраного регіону.

Виклад основного матеріалу. Термін «інвестиція» походить від лат. invest, що означає «вкладати». Інвестиції – це вкладення капіталу з метою його подальшого збільшення. Приріст капіталу в результаті його інвестування є компенсацією за ризик втрат від інфляції та неодержання процентів від банківських вкладень капіталу. Джерелом приросту капіталу й головним мотивом інвестування є одержуваний прибуток. Обидва процеси – вкладання капіталів і одержання прибутку – відбуваються у певному поточному часі, а саме: може бути послідовне вкладання капіталу, а потім одержання прибутку; паралельне вкладання капіталу й одержання прибутку; інтервальне вкладання капіталу, а через деякий час – одержання прибутку.

Викладання дисципліни «Основи інвестиційного менеджменту» за розробленою програмою надає студентам науково-професійних знань з інвестиційного менеджменту як спеціалізованого виду діяльності з урахуванням інтернаціоналізації сучасних знань та навичок із розроблення інвестиційної стратегії підприємств туристичної галузі, аналізу інвестиційної привабливості проектів, методів оцінки їх ефективності, ризиків, ліквідності, формування інвестиційного портфелю та програм реальних інвестицій підприємств.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Основи інвестиційного менеджменту» є ознайомлення студентів з відповідними поняттями, категоріями, системами та алгоритмами інвестиційного менеджменту в туризмі, його еволюцію, чинники і рівні розвитку; набуття практичних навичок по оволодінню методичним інструментарієм інвестиційного проектування; здійснення аналізу зарубіжних концепцій та сучасних вітчизняних підходів відносно управління фінансовими інвестиціями; засвоєння різновидів, складових та характеристики інвестиційної діяльності; дослідження підходів до управління інвестиціями на тур підприємстві; розкриття чинників управління інвестиційним розвитком та портфелем фінансових інвестицій підприємства.

У результаті вивчення дисципліни у студентів має сформуватися здатність до самостійної практичної діяльності у різних формах та на різних рівнях інвестиційного менеджменту – економічних, виробничих, фінансових, комерційних, торгівельних, маркетингових службах тур підприємств та організацій. Студенти мають усвідомлювати, які виробничі функції їм доведеться виконувати по закінченні навчального закладу, якими вміннями вони мають оволодіти, для успішного виконання завдань в сфері обслуговування.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми, студенти повинні знати: основні тенденції розвитку інвестиційного менеджменту; сучасні тенденції та особливості національного і світового інвестиційного ринку; нормативно-правові аспекти здійснення інвестиційної діяльності; особливості управління фінансовими інвестиціями; механізм функціонування інвестиційного ринку; специфіку інвестиційних ризиків; методи та інструменти інвестиційного управління турис-

тичним бізнесом; сутність та основні теоретичні аспекти інвестиційного менеджменту; етапи і завдання управління інвестиційною діяльністю; технологію, методи і прийоми інвестиційного менеджменту; джерела інвестиційних можливостей; особливості прийняття рішень в інвестиційному менеджменті; особливості управління інноваційними інвестиціями тур підприємства; методологічні підходи до управління фінансовими інвестиціями тур підприємства; підходи до управління портфелем фінансових інвестицій тур підприємства. Вміти: аналізувати зовнішнє ділове навколишнє середовище; формувати інвестиційну політику організації; розробляти стратегію управління інвестиційним розвитком; планувати інвестиційну діяльність; використовувати форми і методи стимулювання інвестиційної діяльності; управляти процесом реалізації інвестиційного проекту; визначати життєвий цикл проектів; управляти проектними ризиками; оцінювати ефективність інвестиційної діяльності організації; застосовувати систему економічних показників для характеристики інвестиційного процесу на тур підприємстві; управляти портфелем фінансових інвестицій; аналізувати та оцінювати інвестиційну привабливість об'єктів ринку інвестицій; мінімізувати ризики інвестиційного портфелю тур підприємства; використовувати методи та шляхи підвищення ефективності ресурсного потенціалу; характеризувати основні показники інвестиційної діяльності підприємств туристичної галузі; критично оцінювати діючі механізми планування діяльності тур підприємств, інвестиційні ризики та володіти способами запобігання банкрутству.

Професійна компетентність фахівців туристичної сфери, передбачає сукупність компетенцій які можуть бути представлені як професійні (здатність менеджера туризму ефективно розв'язувати певні професійні задачі) так і ключові – інваріативні компетенції, стосовно виду професійної діяльності (аналітична, організаційно-управлінська, педагогічна, науково-дослідницька діяльність менеджера сфери обслуговування).

Самостійна робота студентів передбачає роботу з такими темами: форми реальних інвестицій та особливості управління ними; бізнес-план інвестиційного проекту; процес прийняття рішення про реалізацію інвестиційного проекту; методи розрахунку економічної ефективності інвестиційного проекту; методичні підходи до прогнозування параметрів економічної ефективності інвестиційного проекту; методи оцінювання ризику інвестиційного проекту та ін.

Приклад індивідуального завдання. Охарактеризувати: національні та іноземні інвестиції. (Література: Редкін О.В. Інвестування: Курс лекцій з основ економічного управління інвестиційною діяльністю і бізнесом: навчальний посібник. – Полтава: ПНТУ, 2007. – 169 с.).

Висновки. Фахівець туризму повинен вміти аналізувати оточуючу дійсність і діяти, опираючись на основні закони та принципи філософії, соціології, етики й естетики, права, екологічну свідомість [7, с. 159]. Менеджерам туризму недостатньо знань та навичок з підготовки, прийняття і реалізації рішень щодо ефективного використання регіональних тур ресурсів у проектній інвестиційній діяльності. Як пропозиція: основою змісту підготовки майбутнього менеджера туризму має бути проектувальна діяльність як така, що дає змогу розкритися їхньому творчому потенціалу і втілитися в конкретному туристичному продукті. Таким чином впровадження розробленої варіативної програми з дисципліни «Основи інвестиційного менеджменту» для студентської туристичної освіти педагогічного університету сприятиме систематичній і динамічній роботі студентів над засвоєнням матеріалу, з використанням модульної технології навчання, впровадженню нових підходів підприємницької освіти, формування життєвої і професійної самореалізації та подальшого моделювання бізнесових процесів обраного регіону країни.

Список літератури:

1. Обозний В.В. Краєзнавчо-туристичне навчання і виховання як підґрунтя формування життєвої і професійної самореалізації учнів. Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції «Теоретичні і прикладні напрямки розвитку туризму та рекреації в регіонах України» / В.В. Обозний, О.В Романенко, Н.В. Брюховецька // Збірник наукових праць. – Кропивницький. – Кіровоградська льотна академія Національного авіаційного університету, 2017. – С. 203-209.
2. Обозний В.В. Краєзнавство і туризм в Малій академії наук: пошуково-дослідницька робота: навчальний посібник-практикум / В.В. Обозний, Л.О. Недбайло. – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2013. – 159 с.
3. Проблеми та перспективи розвитку Науково-навчального центру «Синевир»: Матеріали науково-практичної конференції викладачів і студентів – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2014. – 255 с.
4. Романенко О.В. Практикум наукових досліджень: Туризм: корекційна педагогіка, фізичне виховання: навчальний посібник / О.В. Романенко. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – 401 с.
5. Романенко О.В. Системи гостинності в туризмі: навчальний посібник / О.В. Романенко. – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2016. – 321 с.
6. Щербак Л.В. Формування готовності майбутніх менеджерів туризму до реалізації інвестиційних проектів у професійній діяльності: автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Л.В. Щербак. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. – 20 с.
7. Романенко О.В. Теоретичні та методичні засади підготовки студентів спеціальності «Туризм» в умовах педагогічного університету / О.В. Романенко // Туризм і краєзнавство: Збірник наукових праць. – Додаток до Гуманітарного віснику ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О.М., 2013. – С. 158-161.

Романенко А.В.
Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова

ОСНОВЫ ИНВЕСТИЦИОННОГО МЕНЕДЖМЕНТА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ

Аннотация
В статье рассматривается проблема разработки и совершенствования теоретических и научно-практических положений вариативной программы «Основы инвестиционного менеджмента» подготовки бакалавра, области знаний 24 «Сфера обслуживания» специальности 242 «Туризм». Соответственая система подготовки будущих менеджеров туризма должна обеспечивать готовность к разноцелевом инвестиционном проектировании, направленного на появление перспективних видов туристической деятельности.
Ключевые слова: инвестиционный менеджмент, программа, доходность, сотрудничество, проектирование, профессиональная самореализация, моделирование, бизнеспроцессы, студенты.

Romanenko A.V.
National Pedagogical University named after M.P. Drahomanov

BASIS OF INVESTMENT MANAGEMENT AS A FACTOR OF FORMATION OF PROFESSIONAL SELF-REALIZATION OF STUDENTS

Summary
The article deals with the problem of developing and improving the theoretical and scientific and practical support of the variable "Fundamentals of Investment Management" for the preparation of bachelors, the department of knowledge 24 "Sphere of service" specialty 242 "Tourism" At the same time, the system of training future tourism managers was to ensure readiness for multi-purpose investment design, aimed at the emergence of promising activities of our enterprise.
Keywords: investment management, program, profitability, cooperation, design, professional self-realization, modeling, business processes, students.

УДК 373.5.015.311-026.15]:796.5:908

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ КРЕАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ

Самолюк А.А.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті здійснено аналіз, систематизацію та узагальнення літературних джерел сучасних підходів до формування креативних здібностей молодших підлітків в процесі занять туристсько-краєзнавчою діяльністю в умовах закладу середньої освіти, схарактеризовано основні складові та принципи формування цього феномену. Формування креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності у закладі середньої освіти розглядається нами як цілісний навчально-виховний процес, у якому: взаємодіють між собою основні його учасники – молодші підлітки і вчителі закладів середньої освіти на принципах рівноправності й взаємоповаги у прийнятті рішень та дотриманні їх виконання, взаємодопомоги у досягненні мети і конкретних цілей туристсько-краєзнавчої діяльності за рахунок самоактуалізації та самоствердження зростаючої особистості на основі активізації індивідуально та соціально значущої творчої діяльності кожного у процесі засвоєння знаннєвого, історичного, духовного й соціального досвіду.
Ключові слова: особистість, складові, принципи, формування креативних здібностей, туристсько-краєзнавча діяльність, заклад середньої освіти.

Постановка проблеми. Формування сучасного виховного середовища в освітньому просторі держави пов'язано насамперед зі суттєвими змінами парадигми освіти і виховання особистості, яка визначально базується на традиціях виховання дитини накопиченими в українській педагогічній думці, науці і практиці впродовж багатьох століть. Водночас, як зазначає В.Г. Кремень, виховання, що, відповідно до традицій української освіти має навіть більше значення, ніж освіта, яка сьогодні носить настільки різновекторний характер (від ультранаціоналістичного, релігійного до квазірадянського й такого, що виховує ненависть до всього укра-

© Самолюк А.А., 2019

їнського), тим самим приносить сьогодні швидше шкоду, ніж користь, і пояснюється це тим, що виховання в системі освіти залежить не від державної гуманітарної політики, якої немає, й концепції розвитку держави, яка також не існує, а від місцевої влади, яка на свій розсуд керує вихованням і освітою [3].

Ще одним негативним фактором, що суттєво впливає на розвиток креативних здібностей зростаючої особистості у стінах закладу середньої освіти є те, що переважна більшість учителів, сформованих за радянських часів й тих, що прийшли до школи на зламі внутрішньо-політичних, педоцентричних і соціальних конструктів 90-х років минулого століття, як зазначає О.В. Сухомлинська, продовжують знаннєвоцентричну освіту директивно-авторитарними методами. Молоді ж вчителі, які сформовані сучасними університетами за удосконаленими з радянських часів програмами й курсами, в цілому лише готові їх викладали, а не бути педагогами в широкому розумінні.

Отже, зазначене вище дає підстави стверджувати необхідність не лише зміни парадигми виховання на дитиноцентричну, але й системного удосконалення навчально-виховного процесу закладів середньої освіти, де виховна компонента має розглядатись провідною у формуванні громадянина з притаманною йому соціально й індивідуально значущою творчою активністю у процесі розв'язання життєво важливих проблем, зі сформованою відповідальністю за свої вчинки і дії та високим рівнем моральної вихованості. Тут ми підходимо до важливого положення в розумінні природи творчості, а саме: творчість за своєю суттю є соціальною, тому що обумовлюється впливом соціально-культурного середовища (впливом сім'ї, школи, суспільства, природи, культури в цілому).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження процесів розвитку особистості в її онтогенезі, різноманітних психолого-педагогічних механізмів пізнання нею навколишньої дійсності здійснили І.Д. Бех, [2], Л.І. Божович, О.В. Браславська, [10]. Л.С. Виготський, О.В. Киричук, О.О. Леонтьєв, С.Д. Максименко, С.Л. Рубінштейн, М.І. Сметанський, В.О. Сухомлинський [8], К.Д. Ушинський та ін.

Провідним концептом досліджуваної проблеми є розгляд дитини як суб'єкта активної життєдіяльності в навколишньому середовищі, особливостей формування активності і розвитку самоактивності, що набули характеристики у наукових працях К.О. Абульханової-Славської, Б.Г. Ананьєва, Г.О. Балла, І.Д. Беха [2], Л.І. Божович, П.П. Блонського, Я.Л. Коломенського, О.О. Леонтєва, С.Д. Максименка В.В. Рибалка та інших.

Мета статті: здійснити аналіз, систематизацію та узагальнення даних літературних джерел щодо сучасних підходів формування креативних здібностей молодших підлітків в процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в умовах закладу середньої освіти.

Виклад основного матеріалу. Модернізація сучасної загальної освіти передбачає орієнтацію навчальних закладів на інтелектуально-творчий розвиток особистості, побудову змісту освіти й виховання на принципово нових підходах, на чітких "...уявленнях і параметрах результативності освітнього процесу, адже суспільний розвиток дедалі більше потребує людини дослідницько-інноваційного типу".

У процесі дослідження нами було визначено сутність основних складових, що характеризують процес формування ціннісного ставлення творчої особистості до довкілля як цілісну психолого-педагогічну систему. Такими складовими є: власне творча особистість, оскільки саме її індивідуальні якості є основними і визначальними системостворюючими чинниками процесу формування власної ціннісної сфери. На формування останньої, насамперед, впливає загальний рівень інтелектуального та духовного розвитку й культури особистості, її характер, статус у колективі гуртка, секції, класу, наявність інтересів та потреб, вплив як зовнішніх об'єктивних, так і внутрішніх суб'єктивних чинників. Тоді, «...сфери предметів, на які поширюються відношення цінностей, слід розглядати як процес все більшого розширення сфери власне людського ставлення до світу, розширення її сфери цінностей і творчого ставлення до нього» [4].

Ставлення особистості до навколишнього середовища розглядається нами як один з провідних чинників формування її системи цінностей як ключової у процесі формування і розвитку креативних здібностей, «...оскільки за її допомогою розкривається становлення смислового зв'язку, єдності людини і світу, самого змісту цієї єдності: чи буде вона морально-конструктивною чи деструктивною стосовно цього світу» [2]; наступність і циклічність процесу формування креативних здібностей молодших підлітків на онові формування їхньої ціннісної сфери і, який за результатами нашого дослідження, немає чіткого часу свого початку чи завершення, тим самим підводить нас до висновку, що цей процес не може бути завершений повністю на якому-небудь етапі, тим паче весь час йти прямолінійно і тільки в одному об'єктно-прагматичному чи суб'єктно-непрагматичному напрямі у ставленні до довкілля. Важливо, що такі процеси мають характер циклічності, коли завершення попереднього етапу формування системи цінностей особистості є початком наступного і т.д. [6]; логічна єдність внутрішніх психолого-педагогічних механізмів формування ціннісного ставлення творчої особистості до довкілля, за умови, коли її внутрішні індивідуальні та зовнішні соціально-педагогічні чинники здійснюють корегуючий чи спрямовуючий вплив на формування означеної якості. У контексті останнього Ю. К. Бабанський зазначав, що «...шлях до єдності свідомості і поведінки особистості складає ланцюг пов'язаних між собою елементів, ...як-то: реальні взаємостосунки та організацію життя учнів на основі їхньої діяльності і спілкування» [1]; спрямованість особистості на зростання власної надситуативної активності у процесі формування власної системи цінностей. Саме формуванні ціннісної сфери особистості у процесі її онтогенезу детермінує появу феномену «активності особистості» у всій багатогранності її проявів, що має важливе значення і є одним із провідних психолого-педагогічних чинників у форму-

вання креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в закладах середньої освіти.

Важливим психолого-педагогічним концептом формування креативних здібностей молодших підлітків є актуалізація організаційно-педагогічних умов співпраці закладів середньої освіти із сім'єю як одним з провідних соціальних інститутів виховання дитини.

Формування креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності у нашому дослідженні передбачає залучення батьків до проведення спільних походів, рейдів, екскурсій, експедицій чи проведенні моніторингу об'єктів і явищ довкілля. Це, за нашим припущенням, має усунути значні, як внутрішні, так і зовнішні недоліки та протиріччя в сучасному сімейному й шкільному вихованні особистості. Такий висновок спирається на думку Ю.К. Бабанського про те, що розрив між внутрішнім і зовнішнім, між свідомістю і поведінкою, між сутністю і явищем пояснюється не лише умовами життя, але в основному прорахунками у вихованні, оскільки показником зрілості свідомості, насамперед, є реальна діяльність, в основі якої лежить прагнення до досягнення суспільного чи особистого ідеалу [1].

Наступним психолого-педагогічним концептом формування креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в закладі середньої освіти є: специфіка функціонування учнівсько-педагогічного колективу гуртка секції, класу під час її здійснення.

Зазначене вище дає підстави стверджувати, що результатом запровадження визначених вище психолого-педагогічних концептів формування креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в закладі середньої освіти є ті важливі творчі новоутворення особистості учня, які набувають характеру внутрішньої позиції стосовно чинників навколишньої дійсності [10] та значно розширюють можливості когнітивно-емоційної і діяльнісної єдності (мислення, емоцій та дій), й актуалізують появу більш осмисленого переживання ставлень дитини до оточуючого світу і до самої себе на основі сформованої творчої активності й моральної вихованості, регулюють її творчу практичну роботу у довкіллі.

Викладене вище дає підстави визначитись з специфічними підходами й принципами, які сприяють зміні традиційного на його дитиноцентричний освітньо-виховний вплив на особистість під час здійснення туристсько-краєзнавчої діяльності, спрямованої на формування креативних здібностей. Серед таких підходів провідними і такими, що є характерним саме для туристсько-краєзнавчої діяльності молодших підлітків в закладах середньої освіти є: ***інтегративний підхід***, у межах якого розглядається творча активність як інтегративна якість особистості, що розкриває співвідношення інтересу, потреб, установок й ціннісно-емоційної спрямованості дитини до творчості; визначає потребу і можливості творчої самореалізації і самоорганізації; відображає рівень актуалізації сутнісних сил особистості у перетворювальній практиці; систему знань, переконань, на основі яких вибудовується і коригується у подальшому творча діяльність людини, що передбачає наявність сформованих у неї умінь швидко змінювати прийоми роботи у відповідності до змінюваних умов діяльності [2]; єдність творчої активності як породження соціуму, і в той же час творчої активності як породження власне інтелекту самої особистості; ***синергетичний підхід***, у межах якого формування й розвиток креативності особистості розглядається як самоорганізуюча система, що забезпечує здійснення суспільно значущої діяльності особистості на творчому рівні; ***диференційований підхід***, який розглядається нами як надзвичайно перспективний: у поглибленому вивченні молодшими підлітками навчального матеріалу чи самостійного дослідження й охорони певних об'єктів навколишнього середовища у відповідності до їхніх вікових можливостей; формуванні їхньої творчої та соціальної активності у розв'язанні різноманітних як індивідуально, так і суспільно значущих завдань у процесі туристсько-краєзнавчої роботи [7].

Однак інтегрування та диференціація здобутих молодшими підлітками у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності у закладі середньої освіти знань, сформованих творчих умінь та практичних навичок їх застосування, не може забезпечити у повному обсязі ефективне формування інтелектуальної, емоційно-ціннісної та діяльнісно-практичної сфери особистості як складових її креативних здібностей. Саме застосування ***міжпредметного підходу*** до конструювання змісту туристсько-краєзнавчої діяльності молодших підлітків у закладі середньої освіти «...дає змогу об'єднати навчальні предмети в уніфіковану систему, що сприяє формуванню в учнів цілісного уявлення про навколишнє середовище...».

Одним зі специфічних і дієвих підходів до побудови туристсько-краєзнавчої діяльності молодших підлітків у закладі середньої освіти є саме ***індивідуалізація навчальної й дослідницької діяльності та практичної роботи*** особистості у довкіллі. Процес індивідуалізації навчально-пізнавальної, пошукової і дослідницької діяльності та конкретної практичної соціально-значущої роботи під час вирішення завдань туристсько-краєзнавчого спрямування як важливої форми їхньої дозвіллєвої діяльності в закладі середньої освіти має складну структуру побудови та способи здійснення. До того ж, ґрунтується на особистісних замовленнях, інтересах, потребах та нахилах дітей, що постійно розвиваються і варіюються, в чому і простежується безперервна динамічність цієї освітньо-виховної ланки. Це, в свою чергу, визначає необхідність створення комфортних і партнерських суб'єкт-суб'єктних зв'язків і взаємозалежностей в учнівсько-вчительському колективі закладу середньої освіти, що має забезпечити їх навчально-виховну ефективність. [7].

Все ж, визначальним фактором індивідуалізації навчально-виховного процесу, за нашим висновком, є розвиток інтелектуальної, ціннісно-мотиваційної та діяльнісно-практичної сфери конкретної особистості учня основної школи у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності,

формування його креативних здібностей, життєвого досвіду взаємодії з навколишнім середовищем, вміння знаходити доцільні рішення і дії у розв'язані життєво важливих як індивідуальних, так і суспільно значущих проблем. Дитина, стверджував В.О. Сухомлинський, обирає активну позицію щодо знань, «...із знаннями цікавіше працювати: дитина почуває гордість від того, що завдяки здобутим знанням вона робить щось потрібне людям, красиве».

Тоді застосування саме ***діяльнісного підходу*** дає змогу реалізувати на практиці набуті молодшими підлітками системні наукові знання, уміння та навички їх практичного застосування у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності з вивчення довкілля. Підтвердженням нашого висновку знову ж таки є думка В.О. Сухомлинського: «...ми прагнемо того, щоб усе життя вихованців було сповнене творінням в світі природи. Ми не уявляємо собі повноцінного виховання без того, щоб кожний наш вихованець за роки навчання у школі не перетворив кілька десятків квадратних метрів мертвої глини, мертвого пустиря на родючу землю» [8].

Визначившись і обґрунтувавши основні підходи до організації і здійснення туристсько-краєзнавчої діяльності молодших підлітків у закладі середньої освіти з метою формування їх креативних здібностей, ми виокремили й дали характеристику специфічним і найбільш ефективним принципам формування цього феномену. Серед таких принципів нами виділено: принцип доступності, який передбачає можливість участі кожного з учнів основної школи у туристсько-краєзнавчій діяльності з метою задоволення їхніх інтересів, потреб, запитів та творчих потенцій [5]; принцип самодіяльності, який базується на творчій активності, ініціативності і зацікавленості учнів основної школи, з одного боку, і її стимулюванні вчителями, керівниками гуртків, секцій, творчих груп та батьків, з іншого; принцип систематичності і цілеспрямованості, логічної єдності і взаємозалежності всіх форм їхнього дозвілля у межах туристсько-краєзнавчої роботи; принцип соціокультурної взаємодії в ефективному пізнанні й засвоєнні досвіду минулих поколінь; принцип творчого саморозвитку, сутність якого полягає у цілеспрямованому творчому розвитку особистості, задоволенні її інтересів і потреб, створенні ефективних умов для саморозвитку й самовдосконалення; принцип творчої самореалізації, який характеризує ефективність процесів розвитку креативних здібностей молодших підлітків у процесі здійснення самостійної навчальної і практичної туристсько-краєзнавчої діяльності в закладі середньої освіти; принцип педагогічної підтримки, який передбачає відповідний супровід і позитивне підкріплення вчителем або керівником гуртка чи секції творчої діяльності учнів основної школи, умов для виявлення й реалізації їхньої творчої індивідуальності, толерантності та емпатії.

Отже, визначені, обґрунтовані й схарактеризовані вище теоретико-прикладні концепти, підходи і принципи формування креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в закладі середньої освіти дають нам змогу розглядати педагогічні умови формування досліджуваного феномену, як сукупність і взаємозв'язок передумов, чинників і закономірностей, що забезпечують результативність виховної роботи. Ефективними педагогічними умовами вважаємо такі, які визначають і, головне, забезпечують формування провідних якостей творчої особистості, створюють передумови до удосконалення, корекції чи посилення цілеспрямованих психолого-педагогічних впливів на неї, забезпечують чітке формування креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в закладі середньої освіти.

Таким педагогічними умовами, що пройшли апробацію у процесі нашого дослідження, є: наявність зразків креативного мислення, вчинків, дій, поведінки та діяльності, як результат ефективної суб'єкт-суб'єктної взаємодії вчителя і учня основної школи у процесі туристсько-краєзнавчої роботи та відповідної спільної суспільно значущої праці у довкіллі; суб'єктна позиція у творчій діяльності, що передбачає право й можливість кожного з учасників творчого процесу на власну думку і рішення, чим стимулюється творчий розвиток особистості учня основної школи й зберігається високий рівень творчості; стимулювання індивідуального стилю творчої діяльності і самовираження за умови постійного розвитку власних творчих можливостей і задатків до самостійного цілепокладання й мотивації, умінь і навичок оперувати власними діями у постійно змінних умовах, тим самим варіативно і творчо вирішувати нові завдання; логічна єдність інтегрованого й диференційованого змісту, форм і методів формування їх креативних здібностей у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в закладі середньої освіти відповідно віковим й індивідуальним можливостям молодших підлітків.

Висновки. Таким чином, можемо констатувати, що запровадження у дозвіллєву діяльність теоретико-прикладних концептів, підходів, принципів та створення педагогічних умов формування креативних здібностей молодших підлітків у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності в закладі середньої освіти сприяє формуванню творчої спрямованості особистості, що передбачає усвідомлення нею значення насамперед творчих, гуманістичних потреб, мотивів, цілей як провідних у її розвитку та життєдіяльності в соціумі; творчої самосвідомості, що проявляється у самопізнанні та адекватній самооцінці власної поведінки і діяльності у найближчому довкіллі; постійному зростанні творчої активності – бажанню систематично здобувати нові знання у певній галузі, вмінню творчо їх використовувати, експериментувати, досліджувати тощо. Тому можемо констатувати, що процес творчого оволодіння молодшими підлітками системними науковими знаннями, уміннями і практичними навичками у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності у закладі середньої освіти за своєю сутністю є творчим процесом, що безпосередньо пов'язаний з інтелектуальним, духовним та фізичним розвитком особистості, її самовираженням та самоствердженням у соціокультурному середовищі.

Список літератури:

1. Бабанский Ю.К. Педагогика / Ю.К. Бабанский. – М.: Просвещение, 1983. – 607 с.
2. Бех І.Д. Виховання особистості: навч.-метод. вид.: у 2 кн. / Іван Дмитрович Бех. – К.: Либідь, 2003. – Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: Теоретико-технологічні засади. – 280 с.
3. Кремень В.Г. Феномен інновації: освіта, суспільство, культура: монографія / за ред. В.Г. Кременя. – К.: Пед. думка, 2008. – 472 с.
4. Крисаченко В.С. Екологічна культура / В.С. Крисаченко. – К.: Заповіт, 1996. – 347 с.
5. Пазенок В.Ф. Філософія туризму: навч. посіб. / В.С. Пазенок, В.К. Федорченко. – К.: Кондор, 2004. – 268 с.
6. Пустовіт Г.П. Екологічна освіта учнів 1-9 класів у позашкільних навчальних закладах: монографія / Г.П. Пустовіт. – К.; Луганськ: Альма-матер, 2004.– 540 с.
7. Самолюк А.А. Формування творчої активності учнів основної школи у процесі туристсько-краєзнавчої роботи в загальноосвітніх навчальних закладах: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Самолюк Анна Анатоліївна; Переяслав-Хмельницький держ. пед. ун-т ім. Григорія Сковороди. – Переяслав-Хмельницький, 2015. – 114 с.
8. Сухомлинський В.О. Вибрані твори: в 5 т. / В.О. Сухомлинський. – К.: Рад. шк., 1976. – Т. 5: Статті. – 1977. – 639 с.
9. Тімець О.В. Підготовка майбутніх учителів географії та біології до краєзнавчо-туристської роботи з учнями: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Тімець Оксана Володимирівна; Ін-т педагогіки і психології проф. освіти АПН України. – Умань, 2001. – 212 с.
10. Філіпчук Г.Г. Громадянське суспільство: освіта, етнокультура, етнополітика / Г.Г. Філіпчук. – Чернівці: Зелена Буковина, 2002. – 488 с.

Самолюк А.А.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ КРЕАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ

Аннотация
В статье проведен анализ, систематизация и обобщение литературных источников современных подходов к формированию креативных способностей младших подростков в процессе занятий туристско-краеведческой деятельностью в условиях учреждения среднего образования, охарактеризованы основные составляющие и принципы формирования этого феномена. Формирования креативных способностей младших подростков в процессе туристско-краеведческой деятельности в учреждении среднего образования рассматривается нами как целостный учебно-воспитательный процесс, в котором: взаимодействуют между собой основные его участники – молодые подростки и учителя заведений среднего образования на принципах равноправия и взаимоуважения в принятии решений и соблюдении их выполнения, взаимопомощи в достижении цели и конкретных целей туристско-краеведческой деятельности за счет самоактуализации и самоутверждения растущей личности на основе активизации индивидуально и социально значимой творческой деятельности каждого в процессе усвоения умственного, исторического, духовного и социального опыта.
Ключевые слова: личность, составляющие, принципы, формирования креативных способностей, туристско-краеведческая деятельность, учреждение среднего образования.

Samolyuk A.A.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

MODERN APPROACHES FOR THE FORMATION OF THE CREATIVE CHARACTERISTICS OF YOUNG ADOLESCENTS IN THE PROCESS OF TRAVELING AND TRAINING ACTIVITIES

Summary
The article deals with the analysis, systematization and generalization of literary sources of modern approaches to the formation of creative abilities of younger teens in the process of studying tourist-linguistic activity in the conditions of the institution of secondary education, the main components and principles of the formation of this phenomenon are characterized. Formation of creative abilities of junior teens in the process of tourist-linguistic activity in the institution of secondary education is considered by us as a holistic educational process in which: the main participants of it – the younger teens and teachers of institutions of secondary education on the principles of equality and mutual respect in decision-making and compliance with them, mutual assistance in achieving the goal and specific goals of tourist-local lore activity at the expense of self-actualization and self-affirmation of a growing personality on the basis of activating the individual and socially significant creative activity of each in the process of assimilating knowledge, historical, spiritual and social experience.
Keywords: personality, components, principles, formation of creative abilities, tourist-local lore activity, institution of secondary education.

УДК 316.7+796.03

СОЦІАЛІЗАЦІЯ МОЛОДІ УКРАЇНИ В СФЕРІ МАСОВОГО СПОРТУ

Сіренко Р.Р., Куречко Г.П., Павлишин О.Ф.
Львівський національний університет імені Івана Франка

У статті розглянуто проблему соціалізації молоді у процесі її замученості до масового спорту. Обґрунтовано місце і роль спорту як соціального явища у суспільстві. Визначено його вплив на процеси соціалізації сучасної української молоді. Окреслено напрями подальших досліджень, які є науково-інформаційною основою для розробки управлінських проектів і програм в галузі фізичної культури, спорту і соціальної політики.
Ключові слова: соціалізація, масовий спорт, молодь, спортивна діяльність.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими і практичними завданнями. Спорт в сучасному світі займає значне місце, відіграючи важливу роль у багатьох соціальних процесах і явищах. Як соціальне явище, яке увійшло в життя країн всього світу, спорт сформувався відносно недавно, проте, сучасне суспільство неможливо уявити без нього. Розвиваючись разом із суспільством і, у процесі трансформації сучасного суспільства, посилюючи свій вплив на соціум і поширюючись у всьому світі, спорт став виконувати багато значущих соціальних функцій. У даний час у багатьох розвинених державах світу спорт значно впливає на процес соціалізації молоді.

Соціалізуюча функція спорту, яка здійснюється за допомогою залучення осіб в спортивну діяльність і активно впливає на різні сторони розвитку особистості, має неоднаковий прояв у різних країнах і суспільствах, але в цілому від рівня залученості спортивної діяльності в соціалізацію залежить ефективність самої соціалізації як процесу.

Сучасний період суспільного розвитку в Україні характеризується соціальною нестабільністю, наростанням рівня конфліктності суспільних відносин, зниженням загального рівня і якості життя. В результаті реформ держава втратила свої позиції в багатьох сферах суспільного життя. Ці чинники зумовили ситуацію в сучасному українському спорті і вплинули на позиції спорту як агента соціалізації. Перебудова суспільного ладу, яка охопила різні сфери соціального життя, включаючи і спорт, в комплексі з відсутністю цілеспрямованої політики держави в цій сфері, обернулася руйнуванням структури управління масовим спортом, виведенням спорту з пріоритетних установок населення на рівні масової свідомості. За десятиліття реформ в масштабі країни виявилися зруйнованими і перестали працювати тисячі спортивних майданчиків, не фінансується діяльність багатьох спортивних шкіл. Ці обставини призводять до катастрофічного зниження показників здоров'я молоді.

Увага до молоді в даному контексті далеко не випадкова: адже саме від молоді залежить майбутнє країни, соціалізація нових поколінь. Водночас, від ступеня залучення молоді в масову спортивну діяльність, багато в чому залежить її фізичне і моральне здоров'я, працездатність.

Загалом, актуальність роботи обумовлена, перш за все, тим, що соціальне відображення масштабних трансформацій, що відбулися на території України, вимагає детального вивчення через порушення процесів соціалізації. Дане дослідження є науково-інформаційною основою для розробки управлінських проектів і програм в галузі фізичної культури, спорту і соціальної політики.

Аналіз останніх досліджень, в яких започатковано розв'язання проблеми. Сучасний етап розвитку соціології фізичної культури і спорту характеризується залученням великої кількості соціологів, що працюють в галузі фізичної культури і спорту, появою значної кількості конкретних соціологічних досліджень і теоретичних робіт [3; 4; 6]. Даний період також характеризується активним використанням досліджень західних авторів із соціології спорту.

Соціологічні дослідження і фундаментальні роботи В.І. Столярова, М.А Кутепова, М.А. Арвісто продемонстрували високу виховну роль фізичної культури і спорту як дієвого засобу формування, розвитку і соціалізації особистості [2; 7].

Монографія Л.І. Лубишевої [3] присвячена соціології фізичної культури і спорту, в якому спорт детально розглянуто як агент соціалізації.

Разом з тим, варто зазначити, що при всьому різноманітті праць, які певним чином стосуються питань впливу спорту на процес соціалізації молоді, дане питання є недостатньо розробленим. Сьогодні практично відсутні узагальнюючі роботи з даної проблематики.

Метою дослідження є вивчення проблеми впливу спорту на процес соціалізації сучасної української молоді.

Реалізація мети передбачає вирішення наступних **завдань**, які конкретизують мету роботи:

– розглянути специфіку спорту як агента соціалізації;

– виявити чинники, що визначають масове залучення молоді в спортивну діяльність;

– дослідити ціннісні трансформації сучасної молоді України та місце спорту в цих змінах.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. У сучасному суспільстві спорт служить задоволенню важливих суспільних потреб, виконуючи різні соціальні функції. За своїми функціями спорт – це школа виховання здібностей, необхідних в сфері рухової діяльності, соціальний інститут пізнання умов, засвоєння і вдосконалення засобів, форм і способів переміщення в просторі. Серед соціальних функцій спорту одна з найважливіших – соціалізуюча функція. Соціальна роль спорту відображена в глибоко-

© Сіренко Р.Р., Куречко Г.П., Павлишин О.Ф., 2019

му і багатосторонньому його впливі на сутнісні сторони людини і на розвиток її фізичних та інтелектуальних здібностей.

Роль, яку відіграє спорт в процесі соціалізації конкретної соціальної спільноти, багато в чому залежить від того, наскільки він включений в систему цінностей представників цієї спільноти. Напрям ціннісних орієнтацій індивідів (у даному випадку молодого покоління) на спортивну сферу збільшує роль спорту в процесах соціалізації.

Характер функціонування спорту як сфери, в якій укорінюється здоровий потенціал суспільства, обумовлений сукупною дією як об'єктивних, так і суб'єктивних чинників. Ці обставини зумовлюють розгляд спорту в рамках соціологічного підходу за допомогою аналізу двох аспектів, які виступають в якості головних об'єктів вивчення соціологічної науки. З одного боку, соціологічний підхід передбачає виявлення таких об'єктивних чинників: відношення до спорту з боку суспільства, його місця в рамках організації суспільної системи і структури цінностей, соціальних чинників, які обумовлюють орієнтацію людей на заняття спортом. З іншого боку, даний підхід передбачає уточнення суб'єктивних чинників: виявлення ставлення до спорту самого індивіда як представника конкретної соціальної спільноти або групи.

Спорт є найважливішим інститутом соціалізації в сучасному суспільстві, Особлива роль спорту як агента соціалізації обумовлена тим, що в даній сфері акумульовані такі соціальні ситуації, що дозволяють особі засвоювати нові соціальні практики, знаходячи своє місце в суспільстві і певну життєву позицію. Особа, яка займається спортом, включається в величезну мережу соціальних людських контактів. Як агент соціалізації спорт дозволяє індивіду в процесі спортивної діяльності відпрацювати соціальні ролі і набути необхідний соціальний досвід.

Крім цього, спорт є потужним каталізатором в процесі соціалізації індивіда, який пришвидшує процес його формування з особи, що засвоїла соціальні норми і норми суспільного життя в соціально зрілу і гармонійно розвинену особистість.

Спорт впливає на загальний процес соціалізації молоді за допомогою впливу на тісно взаємопов'язані соціальну і фізичну сферу життя.

Соціалізуючий вплив спорту проявляється по-різному: через підвищення активності, трудової та громадської діяльності спортсмена, через інтеграційні функції спорту. Специфіка спорту вимагає тісних спільних дій, що веде до утворення великої кількості громадських зв'язків офіційного і неофіційного характеру, на основі яких формуються специфічні форми суспільної поведінки, що діють і за межами спортивного руху.

Водночас, масовий спорт не в змозі виконати свою частину функцій в рамках соціалізації індивіда при пасивній або негативній дії інших агентів соціалізації – сім'ї, школи та інших навчальних закладів, ЗМІ, роботи і громадської думки. Серед чинників і умов, що роблять визначальний вплив на залучення молодих людей в спорт, істотне значення мають: наявність знань про спорт, розвиток системи фізичного виховання в школі, спортивні захоплення поза школою, уклад сімейного життя.

Спортивна діяльність є необхідною умовою для формування повноцінного індивіда. У процесі спортивної діяльності індивід отримує цінний досвід спілкування і взаємодії, досягає високого рівня розвитку позитивних рис особистості, знаходить фізичне і соціальне здоров'я, стає соціально-зрілою особистістю.

Розкриття позитивного впливу спорту на здоров'я дозволяє краще зрозуміти механізми, за допомогою яких спорт впливає на суспільну діяльність і активність індивіда. Спорт діє на ефективність соціалізації індивіда не тільки безпосередньо, забезпечуючи його здоров'я, але і за допомогою безлічі інститутів і різного роду механізмів – психічних, соціологічних, фізіологічних.

Соціальна активність включає в себе активність суспільну, професійно-трудову і активність в сфері культури. Соціальна активність людей, залучених у спортивний процес, набагато перевищує соціальну активність людей, які не займаються спортом. В даному контексті спорт необхідно розглядати як ефективний засіб виховання активності у вигляді інтересів, спілкування тощо. Це відбувається тому, що соціальна активність нерозривно пов'язана з руховою активністю і здоров'ям, що підтверджується численними дослідженнями [3; 5; 7].

Спорт формує якості, які підвищують рівень соціальної мобільності. В кінцевому підсумку, власне спорт створює особливий тип людини, яка володіє змагальною і стимулюючою активністю. Спорт перешкоджає поширенню девіантних форм поведінки молоді, загалом формуючи нове здорове покоління.

Розвиток масового спорту залежить не тільки від поліпшення об'єктивних загальних і специфічних умов, але також від чинників суб'єктивного порядку і від особистого ставлення людей до спорту, від того, яке місце він займає в системі цінностей суспільства і окремого індивіда. Ціннісні орієнтації є мотиваційним ядром спортивної діяльності, тією найважливішою умовою, яка забезпечує високу ефективність занять фізичною культурою і спортом.

Аналіз емпіричних даних дозволяє стверджувати, що в країні стався глобальний процес ресоціалізації, руйнування статусно-рольових зв'язків, створення нової ієрархії цінностей і зміни соціальних орієнтації всіх верств населення. Соціальні трансформації та ціннісні зрушення, що відбулися, викликали істотні зміни в ціннісних орієнтаціях молоді України. У періоди соціальних криз, які охоплюють одне-два десятиліття, виникає ситуація міжпоколінного ціннісного розриву, коли норми, притаманні для покоління батьків, активно не підтримуються поколінням дітей. Ця тенденція почала активно проявлятися приблизно з 90-х років.

На перше місце все частіше виходять цінності споживання. Тиражування цінностей суспільства споживання призводить до суттєвих трансформацій в системі цінностей молодого покоління українців. Культ споживництва панує у свідомості молоді й набуває універсального характеру. Залучення до культу престижних речей стає метою існування.

Змінилося становище спорту в системі цінностей молоді, чому в чималій степені сприяли як об'єктивні, так і суб'єктивні чинники. Домінування в середовищі молоді матеріальних установок

об'єктивно знижує питому вагу ціннісних орієнтацій на спортивну діяльність, оскільки заняття спортом в принципі не є тим видом діяльності, від якого можна отримувати прибуток.

У значної частини молодих людей ставлення до занять фізичними вправами і спортом є пасивним і нереалізованим. З форм дозвілля переважають пасивні форми, які не потребують особливої підготовленості. Активне прагнення до спорту, реальне входження в нього, введення його в стандарт, в звичний уклад власного життя у молоді багаторазово нижче, ніж декларована нею соціально нормативна оцінка фізичної культури і спорту.

Зміна статусу спорту в системі цінностей молоді негативно позначається на процесі соціалізації.

Сучасне суспільство не в змозі повністю вирішити проблему масовості фізкультурно-спортивного руху без підтримки держави. Тому проблеми розвитку спорту та фізичної культури повинні знаходити своє рішення на вищому державному рівні.

Поширення масового спорту виступає в якості пріоритетного завдання державних інститутів у всіх розвинених країнах світу.

У результаті реформ у соціально-економічному і політичному житті України відбулося значне падіння основних показників масовості спорту. Ці обставини пов'язані з послідовним відходом держави з даної сфери життя суспільства, що призвело до зниження фінансування масового спорту, до погіршення матеріальної бази і структурної перебудови системи управління спортом. У наслідок цього, в спортивній і в фізкультурної сферах України спостерігаються значні інституційні зміни переважно негативного характеру.

Крім того, важливе значення має і те, що системна криза українського суспільства різко погіршила демографічну ситуацію і здоров'я населення, в тому числі здоров'я молоді, об'єктивно скорочуючи її можливість займатися спортом. Розглянуті макросоціальні фактори в цілому сприяли падінню рівня масового спорту. Внаслідок цього послабився вплив спорту на процес соціалізації молоді, що посилюється неефективною координацією з іншими агентами соціалізації, такими як освітні установи і засоби масової інформації [1].

У результаті масштабних структурних зрушень у процесі реформ відбулися суттєві зміни в масовій свідомості населення. Соціальна сфера характеризується глобальним процесом ресоціалізації, руйнування статусно-рольових зв'язків, створенням нової ієрархії цінностей і зміни соціальних орієнтацій всіх верств суспільства. Змінені соціальні трансформації та ціннісні зрушення викликали істотні зсуви в ціннісних орієнтаціях української молоді. На даний час спорт як цінність в життєвій особистісній орієнтації сучасної молоді займає вельми скромне місце. Водночас набирає силу тенденція, пов'язана зі споживчим і безвідповідальним ставленням до життя, витоки якої потрібно шукати в порушенні процесу соціалізації. Вже згадана тенденція в сучасних умовах веде до атомізації індивідів, до порушення громадських зв'язків і до різноманітних відхилень у поведінці молоді, що об'єктивно виводить її зі сфери масового спорту, як соціально позитивної і легітимної діяльності.

Формулювання висновків і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Величезна роль в популяризації та пропаганді масового спорту належить засобам масової інформації (ЗМІ) та інтернет-мережі. За допомогою цих засобів можна ефективно впливати на ціннісні орієнтації людей і змінювати їхні поведінкові стереотипи, домагаючись того, щоб норми здорового способу життя набували більшого поширення в суспільній свідомості.

Трансформація ролі спорту в процесі соціалізації української молоді виявилася обумовленою загальними зрушеннями в соціально-економічній системі, зокрема виведенням держави з різних сфер життя суспільства, в тому числі і зі спортивної сфери.

Відсутність спортивних об'єктів відпочинку та оздоровлення для дітей, підлітків та молоді в сільських районах і міських районах новобудов, слабке матеріально-технічне оснащення спортивних установ, що не відповідає рівню потреби сучасної молоді, а також недостатнє фінансування цих об'єктів унеможливлює ефективний розвиток масового спорту в молодіжному середовищі. За роки реформ відбулося систематичне зниження загальної кількості фізкультурно-спортивних споруд.

Одна з основних причин скорочення кількості фізкультурно-спортивних споруд – відмова підприємств і організацій від утримання спортивних і оздоровчих об'єктів під приводом економічної недоцільності їхньої експлуатації.

Сьогодні розвивається переважно тільки елітарний спорт, доступний лише заможним верствам громадян. Відсутність системи загальної фізкультурної підготовки, яка б охоплювала всі верстви населення, і, в першу чергу молодь, негативно відбивається на загальному стані масового спорту.

Внаслідок цього послабився вплив спорту як агента соціалізації, що погіршилося неефективною координацією спорту з іншими агентами соціалізації, такими, як навчально-освітні установи та ЗМІ.

Для підтримання у населення, зокрема у молоді, стійкої мотивації та інтересу до занять руховою активністю і масовим спортом необхідно створити умови для задоволення потреби у фізичному розвиткові та привабливій тіло будові, у доступних спортивних спорудах, розташованих поряд з місцем проживання, розвитку сучасної інфраструктури для активного дозвілля, пропагуванні цінностей масового спорту та здорового способу життя. Соціальний ефект від функціонування масового спорту або спорту для всіх відбудеться за умови, якщо достатній рівень рухової активності матиме понад 30% громадян.

Ефективна державна політика, спрямована на зміну свідомості і поведінки громадян в сторону вибору здорового способу життя, правильної, розумної поведінки людей може надати позитивний вплив на спосіб життя і здоров'я окремих індивідів і соціальних груп. Досвід розвитку масового спорту в різних країнах, в тому числі США і Західної Європи, показує, що сучасне суспільство не в змозі повністю вирішити проблему масовості фізкультурно-спортивного руху без підтримки держави. Тому проблеми розвитку спорту і фізичної культури необхідно вирішувати на вищому державному рівні.

Список літератури:

1. Дутчак М.В. Теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / М.В. Дутчак ; НУФВСУ. – К., 2009. – 39 с.
2. Кутепов М.Е. Ценности в области физической культуры и спорта как предмет социологического анализа / М.Е. Кутепов // III Всесоюзная конференция по социологическим проблемам физической культуры и спорта. – М., 1972.
3. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта / Л.И. Лубышева. – М., 2001. – 345 с.
4. Мельник М.Г. Проблеми розвитку студентського спорту України у XXI столітті / М.Г. Мельник, М.П. Пітин // Біомеханічні, педагогічні, медико-біологічні та психологічні аспекти фізичного виховання та спорту. – 2015. – Вісник № 129(1). – С. 169-173.
5. Пономарев Н.И. Проблемы социологии физической культуры и спорта / Н.И. Пономарев // Теория и практика физической культуры. – М., 1982. – № 5.
6. Степанюк С.І. Студентський спортивний рух: історія та сучасність / Степанюк С.І., Вацеба О.М. – Л.: Українські технології, 2003. – 60 с.
7. Столяров В.И. Актуальные проблемы философии и социологии спорта / В.И. Столяров // Теория и практика физической культуры. – М., 1980. – № 12.

Сиренко Р.Р., Куречко Г.П., Павлышин О.Ф.
Львовский национальный университет имени Ивана Франко

СОЦИАЛИЗАЦИЯ МОЛОДЕЖИ УКРАИНЫ В СФЕРЕ МАССОВОГО СПОРТА

Аннотация
В статье рассмотрена проблема социализации молодежи в процессе ее вовлеченности в массовый спорт. Обоснованно место и роль спорта как социального явления в обществе. Изучено его влияние на процессы социализации современной украинской молодежи. Определены направления дальнейших исследований, которые являются научно-информационной основой для разработки управленческих проектов и программ в области физической культуры, спорта и социальной политики.
Ключевые слова: социализация, массовый спорт, молодежь, спортивная деятельность.

Sirenko R.R., Kurechko G.P., Pavlyshin O.F.
Ivan Franko Lviv National University

SOCIALIZATION OF YOUTH OF UKRAINE IN THE FIELD OF MASS SPORTS

Summary
The article deals with the problem of socialization of young people in the process of their involvement in mass sports. The place and role of sport as a social phenomenon in society is justified. Its influence on the socialization processes of modern Ukrainian youth has been studied. The directions of further research, which are the scientific and informational basis for the development of management projects and programs in the field of physical culture, sports and social policy, are defined.
Keywords: socialization, mass sports, youth, sports activities.

РОЗДІЛ 2 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

УДК 378.016:796.5–044.332

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ ПЕДАГОГІЧНОМУ ЗАКЛАДІ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ ТУРИЗМУ

Горбенко М.І., Лой Б.І.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

В статті розкрито питання адаптації першокурсників до навчання в вищій школі. Обґрунтовано потенційні можливості використання туризму у адаптаційному процесі студентів в умовах навчальної діяльності в вищих педагогічних закладах освіти. Здійснено аналіз літератури та розкрито зміст ключових понять «адаптація», «туризм». Представлено пріоритетні напрями підвищення ефективності адаптації першокурсників до навчання у вузі засобами туризму. Аргументовано доведено значення та роль занять туристичною діяльністю студентів-першокурсників до адаптації в ВНЗ.
Ключові слова: студенти-першокурсники, вищий педагогічний заклад, адаптація, фізичне виховання, туризм.

Постановка проблеми. Вища освіта є ланкою освіти, де відбувається становлення біологічної та психологічної зрілості, основним етапом становлення та соціалізації особистості як фахівця та повноцінного члена суспільства. Однією з загальнотеоретичних проблем вищої освіти є адаптація студентів першого курсу до навчання в вузі, що виступає у цьому контексті як багатогранний процес активізації соціальних і біологічних резервів молоді у відповідь на зміну умов звичного життя. Труднощі, що очікують першокурсників, пов'язані з різким збільшенням навчального навантаження, специфічними видами занять та відсутністю навичок самостійної роботи, новим соціальним середовищем та оточенням, іншими нормами поведінки, слабкою професійною орієнтацією, зламом звичного стереотипу навчання, побуту та життя [4, с. 8].

Неготовність до організації життєдіяльності в нових умовах викликають зниження професійної мотивації та успішності в навчанні, складність із залученням до системи суспільних відносин в новому оточенні. За даними дослідників даної проблеми в цілому типовий спосіб життя студентства характеризується невпорядкованою організацією (відсутністю режиму харчування, недостатністю сну, постійною недостатністю вільного часу, що обмежує перебування на свіжому повітрі, частим виконанням самостійних завдань уночі, шкідливими звичками, тощо), що в свою чергу викликає погіршення психоемоційного та фізичного стану студентської молоді внаслідок стресу і недотриманні правил здорового способу життя.

На сучасному етапі розвитку вищої педагогічної освіти потенціал фізичного виховання використовується недостатньо. Про це свідчать низькі показники здоров'я, рухової підготовленості та мотивації майбутніх учителів до занять фізичними вправами. Поряд з цим, ігноруються можливості пошуку і застосування ефективних засобів, методів та форм фізичного виховання з метою адаптації першокурсників до навчання, про що говорить погіршення психофізичного стану студентської молоді в умовах вищого педагогічного закладу освіти [5, с. 82].

В умовах сьогодення важливим є активізація секційної роботи зі студентами педагогічних вишів та використання комплексних видів фізкультурно-оздоровчої діяльності, що, з одного боку, сприяли б формуванню життєво важливого досвіду, розвитку рухових якостей та підвищенню фізичної працездатності, а з іншого – брали участь у соціалізації, покращенні психоемоційного стану, вихованні морально-вольових якостей, активному відпочинку в умовах навчального стресу, формування творчої, самодостатньої особистості майбутнього вчителя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемі адаптації студентів молодших курсів педагогічних вищих навчальних закладів присвячені дослідження Т.Б. Буяльської [1], Т.Ю. Круцевич [3; 4], Г.П. Левківської [5], Н.М. Мирончук [6].

Г.П. Левківська [4, с. 18] розглядає адаптацію як зміни, що супроводжують на рівні регуляції процес активного пристосування індивіда до нових умов життєдіяльності. Інші автори трактують поняття адаптації як цілісний процес, що включає біологічну і соціально-психологічну адаптацію, як процес активної взаємодії особистості з навколишнім середовищем, де відбуваєть-

© Горбенко М.І., Лой Б.І., 2019

ся не тільки адаптація до успішного функціонування в даному середовищі, а й активне освоєння предметного простору.

Адаптація – це складова механізму соціалізації, що відбувається як сукупність пристосувань людини до різних життєвих ситуацій, в процесі яких накопичується життєвий досвід і засвоюються соціальні норми і цінності. [2, с. 82].

На думку вченої Т.В. Буяльської, процес адаптації – це активне творче пристосування студентів до умов вищої школи, під час якого успішно формуються навички організації розумової діяльності, бажання до обраної професії, раціональний колективний та особистий режим праці, дозвілля та побуту, система роботи з професійної самоосвіти, особистого саморозвитку і самовиховання професійно значущих умінь та якостей [1, с. 18].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблем. Незважаючи на чималу кількість досліджень стосовно формування готовності студентів до майбутньої професійної діяльності у процесі фізичного виховання, аспекти використання фізичних вправ, зокрема заняття засобами туристичної діяльності в процесі адаптації до навчально-професійної діяльності вивчені недостатньо. Невизначеними залишаються механізми адаптаційного процесу до навчання у вищому педагогічному закладі, тактика і стратегія педагогічних корекцій засобами туризму.

Водночас необхідний пошук шляхів ефективного формування адаптивних здібностей до навчальних та професійних навантажень студентів педагогічних спеціальностей у процесі фізичного виховання.

Мета статті – дослідити питання адаптації студентів-першокурсників до навчання у вищих педагогічних закладах освіти засобами туризму.

Виклад основного матеріалу. Навчальна та професійна діяльність майбутніх вчителів пов'язана із значним нервово-психологічним навантаженням на тлі обмеженої рухової активності. Особливістю навчання студентів педагогічних вузів є формування готовності до роботи з дітьми, що вимагає значних витрат психофізичної енергії, високої працездатності, здатності витримувати дію сильних педагогічних подразників, володіння собою в конфліктних ситуаціях, вміння концентрувати увагу та швидко переключатися з одного виду діяльності на інший. Зберігати впродовж робочого дня оптимальний емоційний тонус, а також наявності комунікативних і творчих здібностей та навичок роботи у колективі.

Багато вчених роблять акцент на важливість адаптації першокурсників до навчання, адже саме вони відчувають різку зміну багатьох аспектів свого життя і вважають, що успішність перебігу процесу адаптації є запорукою успішного подальшого функціонування в певній структурі в певному соціумі.

Окрім досконалого володіння предметом, професія вчителя ставить особливі умови до стану здоров'я студентів педагогічних вузів їх фізичної та психологічної підготовленості, розвитку морально-вольових якостей, необхідних для професійної діяльності.

Фізичний стан людини залежить від багатьох чинників, а саме: біологічних, природничих, а також соціально зумовлених (умови життя, виробнича діяльність тощо). Фізичній розвиток особистості – соціально керований процес у сучасному суспільстві. За допомогою певних заходів з використанням фізичних вправ, режиму праці й відпочинку, раціонального харчування можна суттєво відкоригувати показники здоров'я, фізичного розвитку й фізичної підготовленості,удосконалювати функції нервової системи, збільшити функціональні можливості серцево-судинної і дихальної систем. Фізична досконалість поєднана з поняттями про світогляд, цінності й погляди людини на здоровий спосіб життя [3, с. 45].

Як показують наукові дослідження, велика кількість студентів (близько 60%) не відвідують більшу половину обов'язкових занять з фізичного виховання впродовж навчального року, а самостійно займаються різними видами рухової активності лише 15% студентів. Спостерігається стійка тенденція зростання кількості студентів, які за станом здоров'я звільнені від занять фізичною культурою.

Однією із причин такої ситуації з якою стикаються студенти-першокурсники є надмірне навантаження, високі вимоги до якості знань, хронічне недосипання, нервові напруження та стресові ситуації перед екзаменами, невдачі, хвилювання, недостатній обсяг рухомої активності і як наслідок, недостатній рівень фізичної підготовленості. Навчальна діяльність студентів-першокурсників носить яскраво виражений гіпокінезійний і гіподинамічний характер. Отже, у процесі навчальної діяльності в вузі на системи організму студентів діє значна кількість негативних факторів, які викликають відхилення у стані здоров'я і в подальшому можуть привести до різних захворювань.

Проблему становлення фізично розвинутої, працездатно-здорової особистості може вирішити, фізична культура і здоровий спосіб життя.

Важливим напрямом підвищення ефективності освітнього процесу фізичного виховання студентської молоді є організація занять фізичними вправами, зокрема – туристичною діяльністю.

Туризм – це активний відпочинок, що впливає на зміцнення здоров'я, фізичний розвиток людини, пов'язаний з пересуванням за межі постійного перебування. Туризм – різновид рекреації, один з видів активного відпочинку, він відображає характерну тенденцію сучасності. Коли перевага віддається розвиткові динамічного відпочинку, в процесі якого відновлення працездатності поєднується з пізнавальною діяльністю.

Різні форми туризму мають характерні ознаки. До таких ознак відносяться: рівень доступності і соціальної значимості туризму, місце занять туризмом,організаційні основи туризму, туристична програма, фізичне навантаження на туристичному маршруті, сезонність туристичних маршрутів, склад учасників.

Туризм відноситься до видів спорту, що викликають особливу зацікавленість серед студентської молоді. Туризм як командний вид спорту, виховує вміння і навички діяти в колективі, взаємоповагу, взаємовиручку, толерантність до різних ситуацій що пов'язані з даним видом діяльності. Заняття туризмом виховує емоційну контактність та емоційну стабільність, сприяє зменшенню по-

тенційного напруження. Заняття туризмом сприяють формуванню соціальних навичок студентів, зокрема формують здібності до передбачення та планування, лідерські якості, витримку, впевненість в своїх силах та відповідальність.

Заняття туристичною діяльністю розвивають мислення і розумові здібності, пам'ять, властивості уваги тощо. Системні заняття туризмом виховують спостережливість, кмітливість, ініціативність та рішучість, вміння ефективно приймати виважені рішення, передбачення. На відміну від гімнастики, плавання легкої атлетики, в яких послідовність рухів заздалегідь визначена, туризм відрізняється різноманітною варіацією та поєднанням дій та безперервною їх зміною, що сприяє розвитку м'язової сили, рухової реакції, координації рухів, підвищують чутливість рухового аналізатора просторово-динамічної точності рухів. Посилена м'язова діяльність під час туристичних походів сприяє покращенню регуляторної діяльності нервової системи, обміну речовин, підвищенню функціональних систем організму студентів.

Кількість студентів, які віддають перевагу рекреаційно-оздоровчим видам діяльності збільшується і це свідчить про їх популярність. Рекреаційні та розвивальні форми проведення дозвілля, на відміну від традиційних форм занять фізичними вправами, характеризуються яскравим емоційним фоном, розважальною та гедоністичною направленістю, високим ступенем комунікативної взаємодії, що пояснює інтерес молодого покоління до них [3, с. 248].

Висновки і пропозиції. Отже, обґрунтовано можливість використання туризму у процесі адаптації студентів педагогічних спеціальностей і до умов навчання, зокрема проаналізовано можливості соціалізації, оптимізації емоційної сфери та покращення психофізичного стану майбутніх учителів. Аналіз педагогічної теорії дозволив виділити організаційно-педагогічні умови підвищення ефективності адаптації студентів першого курсу до навчання у вищому педагогічному закладі освіти засобами туризму, що полягають у цілеспрямованому впливі на фізіологічну складову адаптації (рівень здоров'я, функціональну і фізичну підготовленість); активізації процесу соціально-психологічної адаптації шляхом включення студентів в колективну ігрову діяльність; розвитку особистісного адаптаційного потенціалу; покращенні працездатності і активності в навчальній діяльності, оптимізації психоемоційного стану, стійкості до навчального стресу, рівня тривожності, настрою формуванні суб'єктивно-активної позиції і внутрішньої мотивації студентів до процесу адаптації; залучення майбутніх учителів до рухової активності, формування мотивації, звички та стійкої потреби до систематичних занять фізичними вправами.

Результати досліджень можуть бути використані як обґрунтування необхідності залучення студентської молоді до занять туризмом та збільшення кількості спортивно-масових заходів в умовах навчання в вищих педагогічних закладах освіти з метою створення найкращих умов успішної стійкої адаптації до навчання. В подальшому планується розробка методичних рекомендацій з професійно-прикладної психофізичної підготовки майбутніх вчителів засобами туризму.

Список літератури:

1. Буяльська Т.Б. Теоретичні аспекти адаптації студентів І курсу до навчання у ВНЗ [Електронний ресурс] / Буяльська Т.Б., Прищак М.Д. – Режим доступу: http://conf.vntu.edu.ua/humed/2008/txt/Buyalska.php
2. Казміренко В.П. Програма дослідження психо-соціальних чинників адаптації молодої людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії / В.П. Казміренко // Практична психологія та соціальна робота : наук.-практ. та освітньо-метод. журнал. – 2004. – № 6. – С. 76-78.
3. Круцевич Т.Ю. Рекреація у фізичній культурі різних верств населення / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2010. – 248 с.
4. Круцевич Т.Ю. Історія розвитку фізичної рекреації: навч. посіб. / Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, С.Б. Пангелов. – К.: Академвидав, 2013. – 160 с.
5. Левківська Г.П. Адаптація першокурсників в умовах вищого закладу освіти / Левківська Г.П., Сорочинська В.С., Штифурак В.С. – К., 2001. – 128 с.
6. Мирончук Н.М. Особливості адаптації студентів ВНЗ до змінених умов життєдіяльності // Нові технології навчання : наук.-метод. зб. / Ін-т інновац. технол. і змісту освіти МОН України. – Київ, 2013. – Вип. 79. – С. 82-85.
7. Пангелова Н.Є. Теоретично-методичні засади туристсько-краєзнавчої роботи у вищих навчальних закладах : навч.-метод. посібн. / Н.Є. Пангелова, Б.П. Пангелов. – Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О.М., 2015. – 202 с.
8. Тимошенко О.В. Як модернізувати національну систему фізичного виховання? Сучасний освітній вимір / О. Тимошенко, Ж. Дьоміна // Освіта : всеукр. гром. політ. тиж. – 2016. – № 15 (13-20 квіт.). – С. 6; № 21-22 (25 трав. – 1 черв.) – С. 6.

Горбенко Н.И., Лой Б.И.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педегогический университет имени Григория Сковороды»

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВЫСШИХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ СРЕДСТВАМИ ТУРИЗМА

Аннотация
В статье раскрыты вопросы адаптации студентов-первокурсников к обучению в высшей школе. Обоснованы потенциальные возможности использования туризма в адаптационном процессе студентов в условиях учебной деятельности в высших учебных заведениях. Осуществлен анализ литературы, и раскрыто содержание ключевых понятий «адаптация», «туризм». Представлены приоритетные направления эффективности адаптации студентов к учебе в вузе средствами туризма. Аргументировано доказано значение и роль занятий туристической деятельностью студентов к адаптации в вузе.
Ключевые слова: студенты-первокурсники, высшее педагогическое учебное заведение, адаптация, физическое воспитание, туризм.

Gorbenko M.I., Loy B.I.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

ADAPTATION OF FRESHMEN STUDENTS TO HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION THROUGH TOURISM

Summary
The article discloses the issues of adaptation of freshmen students to higher education. Potential possibilities of using tourism in the adaptation process of students in the conditions of educational activity in higher education institutions are grounded. The analysis of the literature is carried out, and the content of the key concepts of "adaptation", "tourism" is revealed. The priority directions of effectiveness of students' adaptation to study at the university by means of tourism are presented. The importance and role of students' tourism activities in adaptation in the university is proved.
Keywords: freshmen, higher pedagogical educational institution, adaptation, physical education, tourism.

УДК 796.9

ЛИЖНА ПІДГОТОВКА ЯК ВИД РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Горбенко М.І.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

У статті розглядаються особливості використання засобів лижної підготовки як виду рухової активності студентів. Обґрунтовано доцільність та необхідність лижної підготовки студентів на сучасному етапі, враховуючи її популярність та потенційні можливості. Узагальнено та доповнено рекомендації провідних фахівців щодо організації занять з лижної підготовки серед студентської молоді. Окреслено сучасні підходи з питань вдосконалення техніки пересування на лижах. Встановлено, що пересування на лижах широко використовується як спосіб активного відпочинку серед студентів, справляє позитивний вплив на нервову систему, покращує загальний стан організму, забезпечуючи високу розумову й фізичну працездатність студентів
Ключові слова: лижна підготовка, рухова активність, студент, пересування на лижах.

Постановка проблеми. Науковим, освітнім, економічним, культурним потенціалом України виступає студентська молодь. Особливістю цієї групи населення є не лише подібність вікових ознак, а й інтенсивне формуванням особистості, професійних умінь і навичок, відпрацювання стилю поведінки. Тому питання збереження та зміцнення здоров'я студентів – важлива освітня, економічна й соціальна проблема суспільства. Численними науковими дослідженнями встановлено, що стан здоров'я людини на 50% залежить від способу життя [8; 10]. Одним із найважливіших складників вважається оптимальна рухова активність [1]. Тому потрібно привести у відповідність спосіб життя студентів із закономірностями оптимального функціонування організму, розробити ефективні режими фізичних навантажень.

© Горбенко М.І., 2019

Рухова активність визначається як загальна кількість м'язових рухів, які виконує людина протягом певного часу (години, доби, тижня, місяця, року). Реалізація необхідного рівня рухової активності – запорука нормального розвитку організму.

Здоров'я та фізична підготовленість студентської молоді є важливим компонентом освітнього процесу закладів різних рівнів акредитації. На думку науковців, засоби лижної підготовки здійснюють один із найбільш дієвих оздоровчих ефектів на організм студентів [2; 11].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Г.П. Грибан (2014), оцінюючи стан здоров'я студентів у навчальному процесі з фізичного виховання, та проаналізувавши динаміку показників їх фізичної підготовленості, зазначив, що в цілому, студентська молодь України має низький рівень фізичної підготовленості. Вже не один рік науковцями ведеться пошук шляхів оздоровлення молоді засобами фізичної культури та підвищенням рівня їх фізичного розвитку і фізичної підготовленості. Проведений аналіз наукових робіт В.Л. Волкова (2008), В.С. Гуменний (2011) дозволив визначити нові напрями з фізичного виховання, які стосуються організаційних форм навчання студентів.

Факт існування тісного взаємозв'язку між станом здоров'ям і рівнем фізичної підготовленості молоді та організацією і методикою фізичного виховання підтверджується в працях В.К. Бальсевича, В.А. Запорожанова (1987), А.Г. Сухарева (1991), Тимошенка О.В. (2010), Анікєєва Д.М. (2012), Темченка В.О. (2015) та ін. Науковці пропонують авторські програми з використанням різноманітних засобів для покращення фізичної підготовленості та стану здоров'я серед яких не останнє місце посідають саме засоби лижної підготовки [2; 4; 11].

У науковій літературі є багато досліджень, присвячених техніці лижного спорту (О. Камаєва, 2001; Т. Сидорова, 2010) та оздоровчому впливу занять лижною підготовкою (В. Ворона, 2014; І. Замятіна, 2012).

Мета статті – розкрити особливості лижної підготовки як засобу рухової активності студентів.

Виклад основного матеріалу. Рухова активність складається із рухів, які є однією із необхідних умов життя. Вона підвищує працездатність, покращує здоров'я, забезпечує різносторонній гармонійний розвиток, функціонування серцево-судинної, дихальної, гормональної та інших систем організму, активізує нервово-м'язовий апарат і механізми передачі рефлексів з м'язів на внутрішні органи.

Рухова активність є не тільки засобом здійснення рухової функції, але має і загально-біологічне значення. Виявляючи тонізуючу дію на центральну нервову систему, вона сприяє більш досконалому й «економічному» пристосуванню організму до навколишнього середовища. Зміна функціонального стану центральної нервової системи (зниження тонусу) в умовах гіпокінезії – одна з основних причин зниження адаптаційних можливостей організму. В результаті, за обмеженої рухової активності, знижуються захисні механізми організму до несприятливих впливів навколишнього середовища, розвивається схильність до різних захворювань (Т.Ю. Круцевич, 2008). Зменшення рухової активності знижує енерговитрати, призводить до недостатньої стимуляції росту та розвитку у період найбільшої пластичності та схильності впливу навколишнього середовища, сприяє їх обмеженню і неповноцінному використанню генофонду. Результатом цього є низькі рівні фізичного розвитку та функціональних можливостей, що важко компенсуються у зрілому віці навіть шляхом систематичного тренування (Т.Ю. Круцевич, 2008).

З огляду на невпинне зростання популярності й моди на гірськолижний спорт, а також беручи до уваги виняткові особливості – наявні унікальні природні ресурси і значну освоєність гірськолижного туризму – надзвичайно перспективно проводити заняття ще й на гірських лижах. Лижний спорт є ефективним засобом покращення здоров'я та фізичної підготовленості учнівської та студентської молоді. У процесі занять із лижної підготовки залучаються до роботи великі групи м'язів, зміцнюються функціональні системи організму, насамперед серцево-судинна, дихальна, нервова, набувається обов'язковий мінімум знань про основи техніки пересування на лижах, методи розвитку загальної працездатності; прищеплюються навички самостійних занять; лижі є незамінним засобом активного відпочинку, зміцнення здоров'я та загартовування [2; 9; 11]. Під час занять лижним спортом виховуються й удосконалюються такі важливі фізичні якості, як швидкість рухів, сила, спритність, витривалість.

Лижна підготовка, як складова частина програми з фізичного виховання, має більш позитивний вплив на фізичний стан учнів, порівняно з іншими видами підготовки, а недостатня її вивченість указує на необхідність удосконалення методологічного підходу щодо готовності фахівців фізичної культури до уроку лижної підготовки [1].

У різному віці пересування на лижах широко використовується як спосіб активного відпочинку [4]. Прогулянки та походи на лижах в красивій лісовій і різноманітній за рельєфом місцевості дають величезне задоволення, естетичну насолоду, справляють позитивний вплив на нервову систему, покращують загальний стан організму, забезпечуючи високу розумову й фізичну працездатність.

На оздоровчому значенні лижної підготовки та її важливості на уроках акцентовано увагу в роботах таких дослідників: О. Ажиппо [1], Г. Шепеленко [12], А. Юнак [13] та ін., але лижна підготовка має деякі специфічні ознаки, пов'язані з тим, що вона проводиться на відкритому повітрі в холодний період, тому має детально вивчатись методика навчання пересуванню на лижах, оскільки в процесі руху на лижах задіяно багато груп м'язів ніг, рук, спини, живота та використовується травмо небезпечний інвентар (лижі, палиці). Це спонукає вивчати лижну підготовку багатогранно: враховуючи техніку пересування, підвідні та підготовчі вправи, техніку безпеки, дозування та контроль фізичних навантажень.

Досягнення спортивних результатів у лижних гонках значною мірою залежить від техніч-

ної підготовки лижника, уміння цілеспрямовано застосовувати сучасну техніку пересування на лижах у змінних умовах рельєфу місцевості при раціональному використанні фізичних і вольових якостей студента [3].

Удосконалення технічної майстерності у лижних гонках повинно відбуватись при глибокому розумінні тренерами й спортсменами сучасної раціональної техніки.

За останні роки характеристика лижної техніки змінилась науково-обґрунтованими роз'ясненнями всіх її складових частин [5]. Оволодіння найбільш раціональною, а значить і сучасною технікою ходів, переходів, підйомів і спусків можливе лише при постійно зростаючій тренованості спортсмена та підвищення його фізичних і вольових якостей. Але володіти даними якостями замало, треба ще вміти їх використовувати у важких умовах лижних гонок: сильно пересічена траса, погані умови ковзання.

Сучасна техніка лижника – це найбільш раціональні рухи, які дозволяють ефективно використовувати фізичні, вольові якості студента для досягнення найкращого результату на змаганнях.

Для підвищення ефективності методики вивчання техніки лижних ходів і скорочення часу на її засвоєння А. Клемба, Ю. Байцар, Ю. Любіжанін [8] пропонують вправи, що виконують роль проміжних зв'язуючих ланок між імітаційними, підвідними й основними вправами на лижах. О.І. Камаєв і Є.К. Камаєва [7] пропонують використовувати адаптивні методи навчання в комбінації із цілісним методом виконання вправ при навчанні техніці лижних ходів. Автори стверджують, що при цьому зберігається системна цілісність вправи, кількість дрібних рухів зменшується, у зв'язку із цим знижується число кроків навчання, як правило, скорочується тривалість навчання. Розробці методики формування знань і рухових навичок з лижної підготовки в майбутніх вчителів початкових класів присвячена робота Ю.В. Сак [10].

Важливою особливістю у погодженні рухів лижника є їх ритм. Порушення закономірного повторення рухів, яке має суворо послідовні часові і просторові характеристики, призводить до швидкої втоми. Хід повинен бути ритмічним, рухи чіткими, без зайвих пауз в окремих положеннях. Для загального погодження рухів у циклі ходу велике значення має різноіменність граничних моментів (кінцевих точок) роботи рук і ніг.

Техніка володіння лижами складається з техніки пересування на лижах або техніки ходів, техніки переходів із ходу на хід, техніки спусків та підйомів, техніки поворотів і гальмувань [11].

Навчання й удосконалення технічної майстерності лижників слід розглядати як єдиний педагогічний процес підготовки, спрямований на успішне оволодіння способами пересування на лижах, вміле їх використання в різних умовах зовнішнього середовища при раціональному використовуванні фізичних і вольових якостей [4].

Навчання техніці пересування являє собою першочерговий етап підготовки лижника, враховуючи рівень його фізичного розвитку і вольову підготовку для забезпечення успішним оволодінням основними способами пересування. Процес удосконалення технічної майстерності лижника це не тільки подальший розвиток навичок, але й подальший розвиток необхідних фізичних якостей, без яких неможливо оволодіти на високому рівні технікою лижних гонок.

Важливою умовою оволодіння технікою лижних гонок є уміле використання різних способів пересування на лижах у різних умовах середовища. При організації навчання й удосконалення технічної майстерності лижника слід пам'ятати, що не буває постійних умов для проведення занять і змагань. Для оволодіння технікою способів пересування на лижах вибирається спеціальний район проведення занять. Краще всього, якщо цей район представляє собою ділянку різнохарактерної пересіченої місцевості. Виходячи з особливостей техніки окремих способів пересування необхідно скласти план району і визначити місце для занять у відповідності із завданнями навчання і удосконалення техніки. На місцевості і плані району слід намітити навчальні майданчики, навчальні і тренувальні схили, а також навчально-тренувальні траси.

Навчальні майданчики являють собою місця занять, де вивчаються елементи техніки лижних ходів, підготовчі і підвідні вправи, а також техніка лижних ходів у цілому. З цією метою підбираються захищені від вітру майданчики, одна сторона якого горизонтальна, а інша має схил 2-3 градуси. Лижня із схилом необхідна для вивчення ковзного кроку на лижах і його елементів, техніки одночасних ходів, техніки поперемінних ходів і вивчення способів переходу з одного ходу на інший. Для оволодіння технікою ходів прокладаються навчальні лижні, які мають завершені криві у формі еліпса чи прямокутника із закругленими кутами: довжина лижні повинна бути такою, щоб між кожним учнем була відстань 8-10 м.

При заняттях з однаковою за статтю чи віком групою або з різною підготовкою слід прокласти дві паралельні лижні, з яких внутрішню використовувати для дівчат і менш підготовлених. В середині навчальної лижні прокладається лижня для викладача, на якій він показує техніку розучуваних способів пересування і керує групою.

Для оволодіння технікою підйомів, спусків і поворотів вибирають навчальні і тренувальні схили. Навчальні схили являють собою ділянки місцевості крутизною 8-10 градусів, які дозволяють виконувати повороти в русі в різні боки і закінчуються рівниною. Тренувальні схили мають крутизну 10-15 градусів. Слід пам'ятати, що кожну групу способів пересування необхідно вивчати спочатку на тому схилі, який за своїм профілем зручний для виконання. При заняттях на горі викладачу необхідно знаходитись більш до середини схилу, звідти вигідно керувати групою з метою виправлення помилок.

Висновки. Головним завданням фізичного виховання у ВЗО є покращення рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів, які за даними останніх досліджень, мають достатньо низький рівень. Лижна підготовка є ефективним засобом покращення здоров'я та фізичної підготовленості учнівської та студентської молоді, яку, на жаль, в наш час недостатньо застосовують.

Список літератури:

1. Ажиппо О.Ю. Зв'язок навчання лижній техніці з розвитком фізичних якостей / О.Ю. Ажиппо // Фізична культура в школі. – 2003. – № 7. – С. 11-14.
2. Бондаренко К.В. Вплив засобів лижної підготовки на рівень фізичного здоров'я підлітків : матеріали XI Всеукр. наук.-пр. конференції молодих учених з міжнародною участю "Проблеми фізичного виховання і спорту школярів і студентів України", (Суми, 28-29 квітня 2011 р.). – Суми: СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2011. – Т. 1. – 418 с.
3. Бутин И.М. Теория и методика преподавания лыжного спорта в процессе профессиональной подготовки специалистов по физической культуре : дисс. в виде научн. доклада на соискание учён. степени д-ра пед. наук : 13.00.04 / Бутин Игорь Михайлович. – Санкт-Петербург, 2002. – 84 с.
4. Ворона В.В. Засоби та інноваційні технології лижної підготовки: методичні рекомендації для студентів вищих навчальних закладів напрямків підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» / В.В. Ворона. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2014. – 64 с.
5. Грибан Г.П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України / Г.П. Грибан // Зб. наук. праць [Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка]. – Вип. 118. – Чернігів: ЧЕПУ, 2014. – С. 88-93.
6. Зайцев В.П. Nordic Walking – скандинавская ходьба / В.П. Зайцев, С.В. Манучурян, В.А. Андреев, И.А. Федяй, М.В. Юношева // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: Сборник статей VIII Международной научной конференции БГТУ имени В.Г. Шухова (26-27 апреля 2012 года). – Белгород, 2012. – 354 с.
7. Камаев О.И. Особенности использования компетентного подхода в здоровьеформирующих технологиях в условиях вуза / О.И. Камаев, Е.К. Камаева // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 4. – С. 37-39.
8. Клемба А. Підвищення ефективності методики навчання лижних ходів на основ іноваційних підходів / А. Клемба, Ю. Байцар, Ю. Любіжанін // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2007. – Вип. 11. – Т. 3. – С. 151-154.
9. Ратов А.М. Теорія та методика лижного спорту: навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів напрямків підготовки «Фізичне виховання», «Спорт» і «Здоров'я людини», тренерів ДЮСШ та вчителів фізичної культури / А.М. Ратов, В.В. Ворона. – Суми: Вид-во СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2015. – 188 с.
10. Сак Ю.В. Формирование знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальних классов (в аспекте их педагогической деятельности) : автореф. дисс. на соиск. уч. степени канд. пед. наук: 13.00.04 / Ю.В. Сак ; Белорусский государственный університет физической культуры. – Минск, 2010. – 24 с.
11. Сидорова Т.В. Викладання лижного спорту у ВНЗ спортивного профілю з урахуванням спортивної спеціалізації студентів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного вихованняі спорту: спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення"/ Т.В. Сидорова. – Харків, 2010. – 20 с.
12. Шепеленко Г.П. Лижний спорт : навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання ін-тів, ун-тів, вчителів фіз. культури загальноосвітніх шкіл та інших навч. закладів / Г.П. Шепеленко. – Х.: Великописарівська районна друкарня Сумської області, 1995. – 166 с.
13. Юнак А.П. Підготовка майбутніх вчителів фізичної культури до впровадження здоров'язбережувальних технологій на уроках з лижної підготовки / А.П. Юнак // Гуманітарний вісник ДВНЗ "Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Г. Сковороди" : зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2012. – Вип. 27. – С. 348-352.

Горбенко Н.И.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА КАК ВИД ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация
В статье рассматриваются особенности использования средств лыжной подготовки как вида двигательной активности студентов. Обоснована целесообразность и необходимость лыжной подготовки студентов на современном этапе учитывая ее популярность и потенциальные возможности. Определены современные подходы по вопросам совершенствования техники передвижения на лыжах. Установлено, что передвижение на лыжах широко используется как способ активного отдыха среди студентов оказывает положительное влияние на нервную систему, улучшают общее состояние организма, обеспечивая высокую умственную и физическую работоспособность студентов.
Ключевые слова: лыжная подготовка, двигательная активность, студент, передвижения на лыжах.

Gorbenko N.I.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

LITTLE PREPARATION AS A MODE OF MUSCULAR ACTIVITY OF STUDENT YOUTH

Summary
The article considers the features of the use of ski training tools as a type of motor activity of students. The expediency and necessity of ski training of students at the present stage is substantiated considering its popularity and potential possibilities. Summarized and supplemented by the recommendations of leading specialists in organizing ski training among students. The modern approaches to the improvement of the technique of skiing are outlined. It is established that skiing is widely used as a way of active rest among students, has a positive effect on the nervous system, improves the general condition of the body, providing high mental and physical capacity of students
Keywords: ski training, motor activity, student, skiing.

УДК 37-044.332-057.87

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО УМОВ НАВЧАННЯ У ВНЗ

Данилко В.М.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

У статті розглядаються головні чинники, які впливають на адаптацію першокурсників до навчальної діяльності в умовах перебудови системи вищої освіти. Проаналізовано теоретичні аспекти організації занять фізичними вправами, оскільки вони сприяють зміцненню здоров'я студентів, підвищують функціональні можливості організму та позитивно впливають на процес адаптації до умов навчання у вищому навчальному закладі. Розглянуто комплекс заходів, що підвищують розумову працездатність і дозволяють подолати адаптаційні труднощі нової системи життєдіяльності. У роботі визначено фактори, які здійснюють вплив на психологічний стан студентів під час навчання. Рівень фізичної підготовленості студентської молоді значною мірою визначає їхнє фізичне та психічне здоров'я, працездатність, успішну адаптацію до змінних соціальних умові нової навчальної діяльності.
Ключові слова: адаптація, першокурсники, фізичне виховання, здоровий спосіб життя, рухова активність.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Інтеграція та глобалізація національних економічних і культурних процесів,хвиля інноваційних перетворень, що охоплює світовий простір, ініціюють у системі освіти всебічний розвиток творчо обдарованої, самодостатньої особистості. XXI століття ставить нові виклики перед студентською молоддю, оскільки ускладнюється зміст освіти, неухильно підвищуються рівні освітніх стандартів, професійне навчання стає складним за формами та змістом, а тому основною метою системи освіти визначено створення умов для всебічного розвитку й самореалізації кожного індивіда [3].

Адаптуватися студентській молоді до змінних соціальних умов нової навчальної діяльності є нагальною проблемою [14]. Відтак, на сьогодні актуальною залишається проблема формування цілісної, гармонійної, духовно багатої творчої особистості студента, його педагогічних здібностей, серед яких провідними є професійні особистісно-значущі якості культури та спілкування, інтерес до професійної діяльності, сформованість духовних цінностей, моральних якостей (відповідальність, почуття такту, працьовитість), здатність працювати за інноваційними технологіями [2; 14].

Навчання у вищому навчальному закладі вимагає від студентів значних інтелектуальних і нервово емоційних напружень, які накладаються на соціальні, побутові, екологічні й інші фактори, що може призвести до різних функціональних і психологічних ускладнень [2; 11; 12]. Крім того, недостатньо сформовані такі риси особистості, як готовність до навчання у вищому навчальному закладі, здатність навчатися самостійно, володіння своїми індивідуальними особливостями пізнавальної діяльності, вміння раціонально планувати свій робочий час тощо.

Учені довели, що здоров'я відображає якість пристосування організму до умов зовнішнього середовища та представляє підсумок процесу взаємодії людини та довкілля; сам стан здоров'я формується у результаті взаємодії зовнішніх (природних і соціальних) і внутрішніх (спадковість, стать, вік) чинників. Вони також зазначають, що здоров'я людини можна розглядати як інтегральну характеристику, що відображає її фізичний, психічний, соціальний і духовний

© Данилко В.М., 2019

аспекти діяльності; стан рівноваги та балансу між адаптаційними можливостями людини й постійно мінливими умовами оточення. Причому, здоров'я людини є засобом повної реалізації особистісного потенціалу людини, у тому числі й у певній галузі діяльності. Суттєвим у цьому є формування відповідної системи ціннісних орієнтирів особистості, активної життєвої позиції майбутніх фахівців, їх позитивної мотивації до саморозвитку та самовдосконалення, прийняття відповідальності за власне здоров'я і самореалізацію у соціальному й професійному середовищі [4; 6; 8].

Фізична підготовка студентської молоді забезпечує підвищення рівня загальної працездатності, стійкості систем організму до стресових ситуацій, раціонального використання навчального та позанавчального часу [7]. У процесі залучення студентів до фізичної культури велику роль відіграє всебічний розвиток рухових здібностей і фізичних якостей шляхом організації рухової активності. І це необхідно в першу чергу для студентів з низькими адаптаційними можливостями організму [5; 7; 8]. Таким чином, здатність першокурсника адаптуватися, долати труднощі, віднайти своє місце у життєвому просторі є важливим чинником вдалого розвитку молодої людини.

Мета роботи – вивчити сучасний стан і проблеми адаптації у студентської молоді з різним рівнем фізичної підготовки до умов навчання у вищому навчальному закладі.

Виклад основного матеріалу. Першокурсники є найбільш уразливою частиною студентства, що пов'язано з процесом їхньої адаптації до умов навчання в інституті чи університеті. Адаптація випускників середньої школи до системи навчання у ВНЗ є важливим етапом становлення майбутнього спеціаліста, що базується на багатьох механізмах: звикання, пристосування, відтворення, взаємодоповнення, управління та самоуправління.

Саме цей період припадає на «пік» функціонального розвитку організму. Студент як особистість продовжує формуватися і розвиватися відповідно до свого нового становища, яке він займає у суспільстві, під впливом нового оточення, нового колективу, нових умов і вимог. Порівняно зі шкільними роками змінюються і мотиви навчальної діяльності, оскільки ця діяльність набуває професійного напряму, нового конкретного значення, адже опанування знаннями, навичками та вміннями стає найважливішими умовами професійного розвитку майбутнього спеціаліста [6].

Адаптація першокурсників до навчання у ВНЗ пов'язана з певними труднощами: методи й організація навчання суттєво відрізняються від шкільної програми, вимагають значного підвищення самостійності у засвоєнні навчального матеріалу; життєвий стереотип, який склався за роки навчання у школі, ламається та формується інший – вузівський; збільшується інтенсивність навчального процесу; змінюються умови навчання та проживання, новий колектив, друзі і, як наслідок, нераціональне харчування, малорухомий спосіб життя, хронічне недосипання, низький рівень фізичної активності та працездатності, нервові перенавантаження та стресові ситуації, стійкі переживання у процесі контролю знань перед іспитами тощо. Усе це має істотний вплив на інтелектуальну діяльність й емоційну сферу студента.

Характеризуючи умови навчання у ВНЗ, можна виділити дидактичні, соціально-психологічні та професійні труднощі. Під дидактичними труднощами розуміють процес пристосування до навчальної системи, входження студента в особливості навчальної діяльності. Зміст дидактичної адаптації зводиться до формування у студента раціональних прийомів і способів самостійної пізнавальної діяльності не тільки по завданню викладача, але й на основі особистих планів, спрямованих на розширення та поглиблення професійної самоосвіти. Соціально-психологічні труднощі виникають унаслідок спілкування: інтеграція особистості зі студентом, прийняття його цінностей, норм, стандартів поведінки. На процес внутрішньої переорієнтації особи впливає фактор міжособистісних відносин, які визначають установки, що задовольняють особистісний статус студента та формують рівень його запитів. Під професійною адаптацією слід розуміти ідентифікацію особистості студента з майбутньою професійною діяльністю. Важливу роль у цій адаптації відіграє формування професійної спрямованості особистості, цілеспрямоване, активне творче пристосування індивіда до характеру та змісту професійної діяльності [9; 11; 12].

Одним з критеріїв оцінки адаптаційних можливостей організму та його працездатності є стан здоров'я першокурсника. Чим міцніше здоров'я студента, тим успішніше відбувається його адаптація до умов перебування у ВНЗ, продуктивніше навчання та засвоєння знань, навичок майбутньої професії. Тому сформувати, зберегти та зміцнити здоров'я кожного студента в період навчання в інституті чи університеті – важливе завдання вищого навчального закладу.

Створення сприятливих умов для всебічного розвитку молодої людини, для розкриття та реалізації її потенційних можливостей в обраній майбутній професії, на думку учених, багато залежить від ступеня пристосування першокурсника до умов навчального закладу, тобто від стану рівноваги та балансу між адаптаційними можливостями особистості й постійно мінливими умовами оточення. Усе це вимагає від студента значної мобілізації своїх можливостей для успішного входження у нове оточення та якісно інший ритм життєдіяльності [11; 12].

Першокурсників можна віднести до групи підвищеного ризику, що характеризується насамперед, низьким рівнем фізичної підготовки й активності, необізнаністю із медичними, санітарно-гігієнічними засадами ведення здорового способу життя, психологічними засадами міжособистісного спілкування у суспільному та професійному середовищі.

У результаті теоретичного аналізу фахової літератури встановлено, що навчальна діяльність першокурсників носить яскраво виражений гіпокінезійний і гіподинамічний характер. Оскільки нові методи, засоби, форми та принципи навчання призводять до того, що більшість студентів-першокурсників ведуть малорухомий спосіб життя, а тому страждають від перенапруження і, як наслідок, порушується морфо-функціональний стан усіх систем організму. При недостатній руховій активності знижуються захисні функції організму, працездатність, розумова активність.

Важливого значення набуває формування у студентів переконання у необхідності регулярного використання засобів фізичної культури для профілактики захворювань, збереження і зміцнення здоров'я [10; 13; 14].

Процес формування здорового способу життя та занять фізичною культурою передбачає вирішення таких виховних, розвиваючих та оздоровчих завдань: виховання потреби у фізичному вдосконаленні та здоровому способу життя; залучення студентів до активної фізкультурно-оздоровчої діяльності із засвоєнням цінностей фізичної культури і набуттям досвіду її використання з метою всебічного розвитку; використання засобів фізичної культури для профілактики захворювань, збереження і зміцнення здоров'я, оволодіння навичками самоконтролю у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності [4; 10].

Особливого значення набуває організація навчально-виховної роботи з першокурсниками, зокрема на основі реалізації принципово нових підходів, заходів, технологій, які будуть заохочувати до занять руховою активністю, ведення здорового способу життя і формувати відповідальність за власне здоров'я та справді зацікавлене ставлення до процесу самовдосконалення [10].

Аналіз результатів досліджень засвідчив, що в навчальних закладах освіти форми навчально-виховної роботи із молоддю ще недостатньо орієнтуються на аналіз індивідуальних проблем і ситуацій особистості, діагностику індивідуального здоров'я та психічного стану студентів, відсутність відповідних програм формування ціннісних орієнтирів, корекцію особистісних характеристик і установок щодо формування мотивації до здорового способу життя, дотримання принципів, норм і правил його ведення.

На основі аналізу вищесказаного можна стверджувати, що вирішення низки проблем стосовно здоров'я студентської молоді, підвищення їхньої рухової активності, фізичної працездатності є упровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій у вищих навчальних закладах, які сприятимуть адаптації першокурсників до нових умов життєдіяльності в соціальному та професійному середовищі.

Дослідники визначають такі здоров'язберігаючі технології, які мають оздоровчий ефект, диференціюють на такі типи:

– здоров'язберігаючі – це такі технології, що створюють безпечні умови навчання і праці, вирішують завдання раціональної організації навчально-виховного процесу (з урахуванням вікових, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);

– оздоровчі технології, що спрямовані на вирішення завдань, зміцнення фізичного здоров'я студентів, підвищення потенціалу здоров'я: фізична підготовка, загартування, гімнастика, масаж тощо;

– технології навчання здоров'ю – це навчання основам гігієни, формування психічних життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами;

– технології виховання культури здоров'я – це виховання у молоді особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненнюздоров'я, формуванню уявлення про здоров'я як цінність, мотивації введення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини [1].

Запровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій є, на нашу думку, важливим і необхідним, оскільки передбачає формування системи відповідних ціннісних орієнтацій та установок активної життєвої позиції майбутніх спеціалістів, їх позитивної мотивації до саморозвитку та самовдосконалення, відповідальності за власне здоров'я і самореалізацію у суспільному та професійному середовищі.

Висновки. Адаптація першокурсників до навчання у вищих навчальних закладах виявляється в оптимальному пристосуванні до активної творчої діяльності. Цілеспрямований розвиток власних природних задатків у процесі навчання зможе істотно активізувати процес адаптації.

Сучасне навчання у вищих навчальних закладах висуває підвищені вимоги до всебічної підготовки студентів. Тому програму занять з фізичного виховання необхідно будувати з урахуванням особливостей майбутньої професійної діяльності, що вдосконалюватиме та розвиватиме професійно-важливі якості, оптимізуватиме психофізичний стан студентської молоді.

Спостерігається стійка тенденція до зниження рівня фізичної підготовки студентів та зневажливого ставлення до статусу свого здоров'я. Таким чином, заняття фізичним вихованням та спортом є провідним засобом зміцнення здоров'я студентів, бо вони підвищують функціональні можливості організму, фізичну та розумову працездатність і відбувається позитивний вплив на процес адаптації до умов навчання у вищому навчальному закладі.

Список літератури:

1. Ващенко О. Готовність учителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1-6.
2. Ізбаш Л.М. Формування культури здоров'я студентів у процесі фізичного виховання студентів політехнічного коледжу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / Л.М. Ізбаш. – Умань, 2017. – 20 с.
3. Закон України про вищу освіту від 16.01.2016. – Електронний ресурс: http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/1556-18
4. Канишевський С.М. Здоровый образ жизни студенческой молодежи и его формирование в условиях вуза / С.М. Канишевський, Р.Т. Раевский // Проблеми освіти: науково-методичний збірник. – К.: Інститут інновацій і змісту освіти, 2006. – Вип. 48. – С. 57-61.
5. Карпов В.Ю. Влияние физкультурно-спортивного опыта студентов на их адаптацию к обучению в ВУЗе / В.Ю. Карпов // Физическая культура. – 2005. – № 1. – С. 78-81.
6. Кокун О.М. Оптимізація адаптивних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення професійної діяльності / О.М. Кокун. – К.: Міленіум, 2004. – 265 с.

7. Матвієнко М.І. Формування умінь та навичок до самостійних занять фізичними вправами студентів педагогічних університетів: дис. канд. наук: спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / М.І. Матвієнко. – К., 2017. – 233 с.
8. Москаленко Н.В. Мотиваційні пріоритети студентів до занять фізичною культурою і спортом / Н.В. Москаленко, Т.В. Сичова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 2. – С. 10-14.
9. Морозова Е.Н. Работоспособность и психологическое состояние студентов в течении учебного года и факторы, их определяющие / Е.Н. Морозова, Д.А. Жуйко, А.Л. Гринько // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2009. – № 1. – С. 307-310.
10. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навч. посібник / Н.Є. Пангелова, Т.Ю. Круцевич, В.М. Данилко. – Переяслав-Хмельницький (Київс. обл.): Домбровська Я.М., 2017. – 454 с.
11. Плотникова О. Важливість вивчення індивідуальних особливостей першокурсників у період дидактичної адаптації / О. Плотникова // Рідна школа. – 2001. – № 10. – С. 62-64.
12. Скрипник В. Особливості перебігу та самосприйняття соціально-психологічної адаптації студентів-першоурсників / В. Скрипник // Психологія і суспільство. – 2005. – № 2. – С. 87-93.
13. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту у 2 томах / [Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич]. – [2-ге вид., перер. та доп.]. – К.: НУФВС, вид-во «Олімп. літ-ра», 2017. – Т. 2: Методика фізичного виховання різних груп населення. – 448 с.
14. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание / Р.В. Чудная // Теория и методика физического воспитания; под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимп. лит-ра, 2003. – Т. 2. – С. 252-341.

Данилко В.Н.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Аннотация
В статье рассматриваются основные факторы, которые влияют на адаптацию первокурсников к учебной деятельности в условиях переустройства системы высшего образования. Проанализировано теоретические аспекты организации занятий физическими упражнениями, поскольку они способствуют крепкому здоровью студентов, повышают функциональные возможности организма и позитивно влияют на процесс адаптации к условиям обучения в высшем учебном заведении. Рассмотрено комплекс мероприятий, которые повышают умственную работоспособность и позволяют преодолеть адаптационные трудности новой системы жизнедеятельности. В работе определяются факторы, влияющие на психологическое состояние студентов вовремя обучения. Уровень физической подготовленности студенческой молодежи значительно определяет их физическое и психическое здоровье, работоспособность, успешную адаптацию к меняющимся социальным условиям и новой учебной деятельности.
Ключевые слова: адаптация, первокурсники, физическое воспитание, здоровый способ жизни, двигательная активность.

Danylko V.M.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

STUDENTS' ADAPTATION TO STUDYING CONDITIONS AT HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Summary
This article deals with the principal factors that influence the first-year students' adaptation to studies under conditions of reforming higher education system. It analyses theoretical aspects of organizing physical training lessons, because they promote strong students' health, increase functional capabilities of their organism and have a positive impact on the process of adaptation to studying conditions at higher education institutions. The complex of measures enhancing mental working capacity and allowing to overcome some adaptation problems of a new system of vital activity is taken into consideration. The article defines factors that influence the psychological state of students during their studies. The level of students' physical fitness determines considerably their physical and mental health, the ability to work, the successful adaptation to the changing social conditions and new studying activities.
Keywords: adaptation, first-year students, physical training, healthy life style, moving activities.

УДК 616-071.2-057.874

ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ В УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ТА ЇЇ КОРЕКЦІЯ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Коцур Н.І., Товкун Л.П.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті проведено аналіз сучасної наукової літератури з проблеми порушення постави в школярів та її корекції засобами фізичної реабілітації. Висвітлено результати дослідження порушень постави в учнів середнього шкільного віку. Шляхом анкетування учнів і батьків розкрито фактори, що сприяють порушенню постави в учнів і ступінь обізнаності батьків із зазначеною проблемою. Запропоновано засоби фізичної реабілітації та методики їх використання при порушеннях постави в учнів. Проаналізовано найбільш ефективні комплексні програми фізичної реабілітації при порушеннях постави.
Ключові слова: учень, постава, соматоскопія, антропометрія, профілактика, корекція, фізична реабілітація.

Постановка проблеми. Упродовж останніх років спостерігається стійка тенденція до погіршення фізичного розвитку українських школярів. Статистичні дані МОЗ України свідчать, що майже 90% дітей, підлітків та юнаків мають різноманітні відхилення у стані здоров'я, понад 50% – мають незадовільну фізичну підготовленість, збільшується кількість школярів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи. Це обумовлює велике наукове, прикладне та державне значення вирішення цієї проблеми.

У структурі захворюваності порушення опорно-рухового апарату (дефекти постави, сколіози, кіфози, плоскостопість та інші) посідають третє місце. Однією із найчастіших патологій опорно-рухового апарату у дітей і підлітків є порушення постави. Кожна четверта дитина в Україні має порушення постави, переважно це сколіоз.

Згідно з науковими даними, 62% дітей в Україні потребують корекції хребта, вони страждають порушенням опорно-рухового апарату в тій чи іншій мірі, а це є передумовою до розвитку багатьох хронічних хвороб. Із огляду на наведене, актуальність проблеми профілактики і корекції порушень постави засобами фізичної реабілітації зростає.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вітчизняній науковій літературі питання, присвячені дослідженням постави в школярів, її порушенням, профілактиці та корекції розглядалися в низці публікацій науковців у галузі фізичного виховання і спорту, медицини, вікової фізіології та шкільної гігієни.

У сучасній науково-методичній літературі значна частина досліджень із проблем постави у дітей присвячена корекції постави, виявленню характеру порушень, розробці комплексів фізичних вправ, які сприяють попередженню можливих і виправленню наявних порушень. У практиці фізичного виховання та спорту йде постійний пошук нових засобів і методів вирішення проблем корекції постави.

Аналіз літературних джерел засвідчує, що низка фахівців (А.Ф. Каптелин, 1986; Абдель Крім, 2001; О.І. Бичук, 2001; А.А. Потапчук, 2001; В.О. Кашуба, 2002; О.Ю. Бубела, 2002; Т.С. Морозова, 2002; Н.Л. Носова, 2005; Адель Бен Ларбі Бенжедду, 2007) вивчали проблеми профілактики і корекції порушень постави школярів.

Дослідження вчених (О.М. Бондар, 2009; Ю.М. Фурман 2012; А.І. Альошина, 2011-2013) свідчать про те, що 70% здорових дітей, які вступають до першого класу загальноосвітніх шкіл, мають різні функціональні порушення опорно-рухового апарату, в тому числі порушення постави у сагітальній і фронтальній площинах, плоскостопість та ін. Дослідник Л.А. Скиндер (2012) відзначає, що у віці 12-13 років порушення постави спостерігається майже у 50% дітей.

Велика частина наукових праць присвячена дослідженню постави та її порушенню в молодшому шкільному віку (І.В. Хмельницька, 2006; В. В. Вербіна, 2011; І. Калиниченко, 2011; А. Дяченко 2010; К. Сергієнко, 2013 та ін.), в той час як діти середнього шкільного віку залишаються поза увагою фахівців із фізичної реабілітації. Адже відомо, що середній шкільний вік є періодом, який супроводжується суттєвими змінами в діяльності всіх фізіологічних систем: проходять більш напружено енергетичні процеси, суттєві зміни зазнає серцево-судинна система, зростає м'язова маса, розвивається витривалість, закінчується розвиток рухової координації, змінюється постава (В.К. Бальсевич, 2009; Т.Ю. Круцевич, 2003; А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб, 2005 та ін.).

Питання фізичної реабілітації дітей і підлітків із порушеннями постави розглядалися в низці дисертаційних робіт (Е.В. Макарова, 2003; В.В. Петрович, 2010; М. Корд, 2010; Ю.С. Клименко, 2011; Ш.Р. Франсуаза, 2012; О.С. Афанасьєва, 2014 та ін.). Як зазначають науковці, ортопедична проблема порушень постави в дитячому віці посилюється, перш за все, невчасною діагностикою, а також неправильним вибором методу лікування, великими витратами на лікування і соціальну реабілітацію.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Незважаючи на значну кількість публікацій, присвячених питанням порушень постави в школярів, їх профілактиці та корекції, недостатньо дослідженими залишаються такі аспекти даної наукової проблеми:

– відсутність інтегрованого підходу (школа-сім'я) до процесу формування постави з використанням різноманітних засобів оздоровчої фізичної культури в умовах школи і дому;

– існує необхідність у вирішенні питань, які стосуються розробки та впровадження комплекс-

© Коцур Н.І., Товкун Л.П., 2019

ної програми фізичної реабілітації дітей середнього шкільного віку з порушенням постави.

Мета статті полягає в з'ясуванні стану поширеності порушення постави в учнів середнього шкільного віку, факторів її виникнення і визначенні засобів фізичної реабілітації для її корекції.

Відповідно до мети дослідження поставлено такі **завдання**:

1. За допомогою соматоскопії та антропометрії визначити ступінь порушення постави в школярів і розподіл її за статевими ознаками.

2. З'ясувати фактори, що сприяють порушенню постави в школярів і ступінь обізнаності батьків із зазначеною патологією, засобами її профілактики та корекції.

3. Проаналізувати стан наукового опрацювання проблеми фізичної реабілітації при порушеннях постави в школярів.

Для розв'язання поставлених завдань використовувалися такі **методи дослідження**: аналіз науково-методичної літератури; антропометрія та соматоскопія; анкетування; методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проводилися на базі Переяслав-Хмельницької гімназії Київської області. У дослідженнях взяли участь 64 учні 7-8 класів віком 12-13 років.

Із метою вивчення стану поширеності порушень постави серед учнів се-реднього шкільного віку нами в процесі соматоскопії здійснено візуальний скринінг постави тіла, антропометричне дослідження та анкетування учнів. Також ми використали анкетування, щоб з'ясувати ставлення батьків щодо розвитку порушень постави у їх дітей.

Під час соматоскопії виявлено відхилення постави у фронтальній площині. Результати дослідження подано в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати обстеження порушень постави учнів

Вид постави	Кількість учнів	%
Нормальна	10	10
Гіперкіфотична	9	15
Сутулість	15	25
Гіперлордотична	2	3
Кругло-вігнута спина	2	3
Сколіотична (асиметричне розташування лопаток)	7	12
Сколіотична (асиметричне розташування плечового поясу)	9	15
Сколіотична (асиметричне розташування шийно-плечового кута)	2	4
Плоска спина	8	13

Отримані результати дослідження узгоджуються з існуючими в літературі даними про результати порушень постави під час організації навчального процесу (О.С. Афанасьєва, 2014; В. Войчишин, 2009; О.М. Ставіцька, 2017).

При з'ясуванні статевих особливостей розподілу патології постави серед досліджуваних встановлено: поширеність викривлень хребта в цілому серед хлопців (42,2%) нижча за аналогічні показники у дівчат (57,8%). На сколіоз хворіють більше дівчат, ніж хлопців.

За результатами досліджень нами вирахувано середні показники антропометричних даних досліджуваних:

· зріст – 164,5±1,75 см;

· окружність грудної клітки під час спокою – 82,1 см;

· окружність грудної клітки під час вдиху – 87,1 см;

· окружність грудної клітки під час видиху – 78,8 см;

· екскурсія грудної клітки – 8,1 см;

· окружність живота – 67,6 см;

· розмір тазу (відстань між найбільш віддаленими точками гребнів клубових кісток) – 23,6 см.

Серед отриманих даних показник зросту учнів відповідає віковим нормам, що складає у цьому віці більше 150 см.

У процесі дослідження соматометричних показників встановлено, що показник окружності грудної клітки (ОГК), як у хлопців, так і у дівчат був нижче в середньому відповідно на 7,0 см і 5,2 см порівняно зі здоровими ($p<0,01$). Отримані дані свідчать про значно знижену статичну витривалість м'язів спини й живота, котрі беруть участь у формуванні ортоградної пози, що є однією з причин розвитку порушень постави.

Проведені дослідження функціонального стану органів дихання свідчать про зниження рівня фактичної життєвої ємності легень (ФЖЄЛ) у середньому на 13,0% ($p<0,001$) у хлопців і на 16,8% – у дівчат ($p<0,001$). Показник відношення ФЖЄЛ до належної життєвої ємності легень (НЖЄЛ) також був зниженим у хлопців у середньому на 15,5% ($p<0,001$) та на 10,5% – у дівчат ($p<0,001$).

Для деяких показників не визначено строгої межі та немає певних норм. Такими показниками є окружність живота. Водночас серед стоматоскопічних показників у дівчат важливу роль відіграє розмір таза (норма – 26 см). Особливо небезпечною проблемою для дівчат є відхилення від норми розміру тазу. Жіночий таз не повинен бути вузьким, адже основне призначення жінки – це народжувати дітей, а при вузьких стегнах упродовж вагітності та у процесі пологів можуть виникнути серйозні ускладнення. Серед обстежених дівчат він коливається в межах 20-25 см (середній показник – 23,6 см).

Отже, в результаті проведеного експерименту встановлено, що існує тенденція до погіршення соматометричних і стоматоскопічних показників, які характеризують функціональний стан хребта, що призводить до порушення постави в учнів середнього шкільного віку.

Проаналізувавши анкети досліджуваних учнів щодо факторів, які сприяють порушенню постави, нами встановлено, що 96,5% з них не мали травм хребта. 82,7% опитаних стверджують, що слідкують за власною поставою, а 78,6% – контролюють положення свого тіла під час сидіння, лежання, стояння та ходіння. За результатами опитування 75,9% осіб не турбує біль у хребті. Лише 24,1% опитаних щодня займаються фізичною культурою, а 58,6% – кілька разів на тиждень. Серед опитаних лише 7,2% осіб займаються спортом, а саме: баскетболом, бігом, волейболом.

Водночас викликає занепокоєння значний відсоток – 89,7% опитаних, як хлопців, так і дівчат, які постійно носять одяг, що обтягує. Серед

них 31% перевагу надають футболкам і блузкам, 75,9% – джинсам, 17,2% – платтям. Також привертає увагу той факт, що більшість дівчат віддають перевагу взуттю на високих підборах – 75,9%, причому 10,3% із них обирають дуже високі підбори – більше 10 см. Зазначена проблема свідчить про розвиток у них вузького тазу, чим і підтверджуються дані проведених вимірювань.

Слід відмітити, що ще в 70-х роках XX століття у гінекологів з'явився термін «джинсовий таз». Вони виявили, що з'явилося багато дівчат, у яких таз був, як у чоловіків. Причина цього явища – мода на дуже вузькі джинси. У жінок період росту кісток – до 18 років, а він зазвичай і є періодом, коли бажання носити дуже вузькі джинси є особливо сильним. При цьому формується дуже вузький таз, який у майбутньому може бути джерелом проблем при вагітності та самих пологах.

Щоб з'ясувати ставлення батьків щодо розвитку порушень постави у їх дітей, визначити рівень знань батьків із цієї проблеми, виділити найбільш ефективні заходи, які необхідно, на їх погляд, використовувати для профілактики у дітей порушень постави нами було проведено анкетування. Узагальнені результати опитування представлені у таблиці 2.

Аналіз результатів дослідження свідчить про те, що спеціалісти (лікарі) у цілому інформують батьків про особливості постави у їх дітей (39,8%). Опитування встановило, що вчителі також проводять інформаційно-роз'яснювальну роботу з батьками щодо порушень постави у дітей (32,2%). Наведені вище результати свідчать про існування об'єктивних передумов для свідомого ставлення батьків до проблеми порушень постави у дітей. Як наслідок, більшість батьків слідкують за позою дитини, коли вона виконує домашні завдання (82,6%). У цілому 37,3% батьків вважають, що їх діти правильно сидять за столом під час виконання домашніх завдань. Більше того, переважна більшість батьків відповіли, що домашнє робоче місце дітей відповідає гігієнічним нормам (76,8%). Як свідчать результати дослідження, більшість батьків (82,7%) розповідають дітям, як правильно сидіти за робочим столом. Проте, описані вище результати опитування батьків (питання 3-6) явно суперечать відповідям на питання про позу сидіння їх дітей. Так, більшість батьків не знають, яка поза сидіння найбільш характерна для дитини, про що свідчать узагальнюючі результати відповідей на 7 питання. У середньому 72,6% батьків відповіли, що вони не знають характерну позу сидіння їхньої дитини за столом. Наявність такого протиріччя свідчить про те, що на практиці більшість батьків недостатньо слідкують за позою сидіння дітей у процесі виконання домашніх завдань, хоча це один із найважливіших факторів, який впливає на порушення постави дітей.

Таблиця 2

Ставлення батьків до проблем порушень постави у їхніх дітей, %

№ з/п	Питання	Кількість ствердних відповідей, %
1	Спеціалісти говорили Вам про особливості постави у Вашої дитини?	39,8
2	Чи проводять учителі консультації, пов'язані з порушенням постави у дітей?	32,2
3	Чи спостерігаєте Ви, як Ваша дитина сидить за столом?	82,6
4	На ваш погляд, чи правильно сидить Ваша дитина за столом?	37,3
5	Чи відповідає робоче місце Вашої дитини (стіл, стілець, освітлення) гігієнічним нормам?	76,8
6	Чи розповідаєте Ви своїй дитині, як необхідно сидіти за столом?	82,7
7	Яка поза сидіння за столом характерна для вашої дитини:	
	а) кладе ногу на ногу	33,6
	б) підвертає одну ногу під себе	25,1
	в) звішує неробочу руку вниз	11,7
	г) сидить за столом у півоберта	28,4
	д) виконує домашнє завдання і одночасно дивиться телевізор	23,5
	е) сидить рівно	37,1
	ж) постійно міняє пози сидіння	28,4
	з) не знаю характерної пози сидіння	72,6
8	Чи знаєте Ви, що заняття лікувальною фізичною культурою є ефективним засобом для виправлення у дітей порушення постави?	86,3
9	Як Ви вважаєте, у школі необхідно створювати спеціальні групи, в яких будуть займатися діти з порушенням постави?	76,9
10	Якщо б у школі проводилися заняття з профілактики порушення постави, Ви би хотіли, щоб Ваша дитина відвідувала їх?	76,4
11	Як Ви вважаєте, чи можна виправити у дітей порушення постави?	79,8
12	Як Ви вважаєте, фізкультурні хвилинки та фізкультурні паузи сприятливо впливають на формування постави у дитини?	80,2
13	Як Ви вважаєте, уроки фізичної культури позитивно впливають на формування правильної постави у дітей?	75,6
14	На Вашу думку, заняття спортом позитивно впливають на формування постави у дітей?	80,5
15	Чи проводять фізкультурні хвилинки та фізкультурні паузи у школі, де вчиться Ваша дитина?	21,8
16	Чи ознайомлені Ви із методами і засобами фізичної реабілітації?	10,6

Наступні запитання дослідження стосувалися проблеми профілактики порушень постави у дітей. Як свідчать результати дослідження 86,3% батьків вважають, що заняття лікувальною фізичною культурою є ефективним засобом для виправлення у дітей порушень постави, а 76,9% батьків хотіли б, щоб у школі створювалися спеціальні групи, в яких би проводилися заняття з дітьми, які мають явно виражені ознаки порушень постави. 76,4% батьків хотіли б, щоб їх діти відвідували такі заняття. Більшість батьків – 79,8% вважають, що порушення постави у дитини можна виправити. На думку більшості батьків, важливим профілактичним засобом для вирішення цієї проблеми може бути використання фізкультурних хвилинок і фізкультурних пауз у режимі навчального дня дітей. Так, 80,2% батьків вважають, що фізкультурні хвилинки та фіз-культурні паузи сприятливо впливають на формування правильної постави у дитини. Приблизно така ж кількість батьків (75,6%) свідчать про те, що уроки фізичної культури та заняття спортом – 80,5% – позитивно впливають на формування постави у дітей.

На завершення нашого дослідження лише 21,8% батьків ствердно відповіли на те, що в школі проводять фізкультурні хвилинки та фізкультурні паузи. А це в свою чергу вказує на те, що у школах формально ставляться до цього питання.

Таким чином, у результаті дослідження стану поширеності порушення постави в учнів середнього шкільного віку встановлено, що нормальну поставу мають лише 10% досліджуваних. Їх антропометричні показники зросту відповідають нормі. Окружність грудної клітки – нижче середніх показників. Обсяг тазу – менший за норму, особливо у дівчат, що може у майбутньому стати проблемою під час пологів. Досліджувані стверджують, що вони слідкують за власною поставою, контролюють положення свого тіла під час сидіння, лежання, стояння та ходіння. Проте незначна частина з них займається спортом. Ставлення батьків щодо розвитку порушень постави у їх дітей свідчить, що переважна більшість батьків ознайомлена з профілактикою порушень постави та засобами оздоровчої фізичної культури. Водночас батьки незадоволені проведенням оздоровчих заходів під час уроків та недостатньо ознайомлені з правильною позою учнів під час сидіння за столом вдома.

Отримані результати дослідження стали підґрунтям для ознайомлення учителів фізичної культури та батьків із засобами фізичної реабілітації дітей даного контингенту. З цією метою нами проаналізовано методики та програми фізичної реабілітації.

Залежно від типу порушень постави застосовують різні методики фізичної реабілітації. Наприклад, методика при S-подібному сколіозі полягає у необхідності поєднання масажу з коригувальною гімнастикою, тобто із спеціальним вправами, які спрямовані на корекцію викривлення хребта і зміцнення «м'язового корсету». Курс лікування – 12-16 процедур, перші 4-8 процедур щодня, наступні – через день [5].

Основною особливістю методики, запропонованої Л. Войчишин, є нетрадиційне вирішення і розподіл завдань у різних частинах занять із лікувальної корегуючої гімнастики [4]. Підготовча частина заняття проводиться у початковому положенні лежачи (горизонтальне положення хребта) і з метою підготовки м'язів до активної та ефективної роботи у вертикальному положенні. До основної частини заняття належать вправи динамічного і статичного характеру для зміцнення симетричних м'язів, які утримують хребет. Заключна частина заняття проводиться у вертикальному положенні (сидячи, стоячи, ходьба, біг) із метою закріплення навички правильної постави у статичних позах і динамічних рухах.

Як зазначають дослідники М. Кукса, О. Стасюк, С. Єфімова, до програми фізичної реабілітації дітей зі сколіозом слід включати як традиційні методи та засоби, так і нові, нетрадиційні. Всі запропоновані методи вирішують завдання односпрямованого впливу на корекцію хребта, але кожен метод має свою специфічну дію [6, с. 12].

Науковець О.Ю. Бубела, описуючи 700 вправ для формування правильної постави, особливу увагу приділяє вправам на великих надувних м'ячах, оскільки вони поліпшують функцію координації, рівноваги та рухового контролю, а також зміцнюють «м'язовий корсет». Використання еластичних м'ячів покращує амортизаційну функцію хребта, виявляє більший вплив на його корекцію, сприяє нормальному формуванню його фізіологічних вигинів, але уникає збільшення гнучкості хребта. Ігрова форма занять, яскраве фарбування та незвичайний розмір м'ячів позитивно впливають на мотивацію до занять [3].

Дослідники Л.А. Бородіна та Р.Д. Назарова вагомою складовою комплексного лікування порушень постави вважають плавання. Найбільш ефективним способом плавання рекомендують брас на грудях. Симетричні плавальні рухи рук і ніг виконують послідовно в одній площині з виключенням коливання хребта навколо поздовжньої осі. Рекомендується плавати у повільному темпі, з подовженою фазою ковзання після поштовху ногами [6, с. 11].

Методика масажу А.В. Кондрашова при сколіозі має свої особливості і відмінності. Характер масажу визначається трьома основними компонентами: силою, темпом і тривалістю. Велика сила (глибокий масаж) сприяє розвитку гальмівних процесів. Середня і мала сили (поверхневий масаж) стимулюють збудливі процеси. Швидкий темп масажу підвищує збудливість нервової системи, середній і повільний її знижують [7, с. 86]. Дослідниця О.М. Ставінська вважає, що без зміцнення м'язів черевного пресу, сідничних і м'язів спини неможливо виробити у дитини стійкий стереотип правильної постави [9, с. 77].

Науковці О.В. Пєшкова та О.М. Авраменко наголошують, що лікувальний ефект фізичних вправ за допомогою масажу посилюється. При викривленні хребта масаж використовується у методиці лікувальної фізичної культури (ЛФК) разом із фізичними вправами і рухливими іграми [10].

У комплексі реабілітаційних заходів широко застосовують також і фізіотерапевтичне лікування. Значну увагу фізіотерапії як засобу фізичної реабілітації приділяє Н.Г. Соколова [8]. У комплексі лікувально-відновних заходів завданням фізіотерапії є надання загально-зміцнювальної і корегувальної дії на хребет, поліпшення кровообігу

та кістково-м'язової тканини, зміцнення м'язів спини і живота, нормалізація функціонального стану нервово-м'язового апарату, а також розвантаження слабкої половини хребта.

Серед проаналізованих нами програм фізичної реабілітації при порушеннях постави в школярів, однією з найбільш ефективних програм, на наш погляд, є комплексна програма фізичної реабілітації, розроблена дослідницею О.С. Афанасьєвою [2]. Зазначена програма фізичної реабілітації для учнів із порушеннями постави містить широкий спектр засобів і включає три рухові режими: щадний, щадно-тренувальний, тренувальний. Заняття проводяться у щадному режимі індивідуальним, а в щадно-тренувальному та тренувальному – індивідуальним і мало-груповим методами, 3 рази на тиждень, упродовж 8 місяців. Основною формою рухового режиму є заняття лікувальною гімнастикою з переважним застосування коригуючих вправ для профілактики фіксованих порушень постави. Перевагу слід віддавати симетричним фізичним вправам, що усувають асиметрію м'язового тонусу, сприяють корекції асиметрії кутів ло-паток, закріплюють навички правильної постави (тричі на тиждень по 45 хв.) [2, с. 7].

Визначальною рисою програми є застосування фітболів, використання яких сприяє формуванню навички правильної постави, забезпечує укріплення м'язового корсета та поліпшує вестибулярну функцію (А.А. Потапчук, М.Д. Дидур, 2001; В.В. Петрович, 2005; Р.В. Бібік, 2013) і профілактора Євмінова для розвантаження хребта та укріплення глибоких м'язів спини (під час занять лікувальною гімнастикою), вправи парадоксальної дихальної гімнастики за методикою О.М. Стрельникової (після лікувальної гімнастики по 15 хв.); виконання симетричного масажу не тільки спини, а й грудної клітки та самомасаж стоп (щоденно 10 хв.) перед ранковою гімнастикою для укріплення м'язів стопи, оскільки хребет і стопи є єдиний біокінематичний ланцюг. Посилення дії засобів фізичної реабілітації слід доповнювати курсами фізіотерапії [2, с. 9].

Суть комплексної програми фізичної реабілітації при порушеннях постави в школярів полягає в подальшому:

– у щадному руховому режимі (1 місяць) програми слід застосовувати самомасаж стоп, ранкову гімнастику (щоденно 15 хв), та ЛФК із застосуванням фітболів (25% від загальної кількості вправ в основній частині заняття), дихальні вправи з методики О.М. Стерельникової (після лікувальної гімнастики по 15 хв, початковий комплекс), курс масажу спини та грудної клітки (щоденно по 20 хв, кількістю 20 процедур), курс парафінотерапії (до застосування масажу, 15 процедур);

– у щадно-тренувальному режимі (6 місяців) до вищезазначених засобів у ЛФК слід ввести вправи на профілакторі Євмінова під кутом 15°, який поступово збільшувати до 20° (50% від загальної кількості вправ в основній частині, в тому числі з фітболом), курс електрофорезу з еуфіліном (10 процедур при поздовжньому розташуванні електродів в шийному і поперековокрижовому відділах хребта) та парафінотерапію (10 процедур до застосування масажу);

– у тренувальному режимі програми (1 місяць) слід застосовувати самомасаж стоп, ранкову гімнастику та ЛФК із застосуванням фітболів і профілактора Євмінова (75% від загальної кількості вправ в основній частині), дихальні вправи за методикою Стрельникової (15 хв. основного комплексу), курс масажу спини та грудної клітки (щоденно по 20 хв., кількістю 20 процедур), курс парафінотерапії (парафінові аплікації на паравертебральну зону – 15 процедур) [1, с. 152-153].

Отже, як бачимо існує безліч методів і засобів фізичної реабілітації при порушеннях постави в школярів, до яких належать як традиційні (цілодобове дотримання ортопедичного режиму, щоденні заняття корегувальною лікувальною гімнастикою, лікувальне плавання, процедури класичного масажу, електростимуляції м'язів), так і нетрадиційні – вправи на великих надувних м'ячах, лікувальна хореографія, корегувальна гімнастика після денного сну та елементи точкового масажу. Зазначені методи та засоби є основою для розробки і впровадження програм фізичної реабілітації для учнів із порушеннями постави із урахуванням їх віку.

Висновки. Вивчення стану постави в учнів середнього шкільного віку свідчить про негативну тенденцію до появи різних видів порушень, серед яких 31% припадає на сколіотичну та 25% на кіфотичну поставу і лише 10% на нормальну поставу. Серед факторів порушення постави, школярі під час анкетування вказали на недостатній їх рівень заняттями фізичною культурою і спортом. Анкетування батьків щодо обізнаності їх із питаннями формування та попередження порушень постави в учнів свідчить, що вони ознайомлені з зазначеною проблемою, але практично недостатньо володіють методами і засобами фізичної реабілітації. Описані різні методи, засоби та програми фізичної реабілітації для учнів із порушеннями постави є підґрунтям для їх ознайомлення і використання як в навчальному процесі, так і в домашніх умовах.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на впровадження та перевірку ефективності комплексної програми фізичної реабілітації школярів середнього шкільного віку, котрі мають порушення постави.

Список літератури:

1. Афанасьєва О.С. Вплив комплексної програми фізичної реабілітації на функціональний стан хребта слабочуючих дітей середнього шкільного віку з порушенням постави / О. Афанасьєва // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – № 1. – С. 152-155.
2. Афанасьєва О.С. Фізична реабілітація слабкочуючих дітей середнього шкільного віку з порушенням постави : автореф. на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.03 – фізична реабілітація / О.С. Афанасьєва. – Національний університет фізичного виховання і спорту України. – Київ, 2014. – 22 с.
3. Бубела О.Ю. 700 вправ для формування правильної постави : навч.-метод. посібник / О.Ю. Бубела. – Л.: Українські технології, 2002. – 164 с.

4. Войчишин Л. Корекція і профілактика порушень постави у підлітків засобами фізичної реабілітації / Л. Войчишин // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2009. – Вип. 13, т. 3. – С. 35-39.
5. Грейда Н.Б. Корекція постави підлітків засобами фізичної реабілітації / Н.Б. Грейда, О.С. Грицай, В.У. Кренделєва // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2011. – № 4. – С. 119-123.
6. Курса М. Фізична реабілітація дітей віком 11-12 років зі сколіозом II степеня / М. Курса, О. Стасюк, С. Єфімова // Спортивна наука України. – 2014. – № 2(60). – С. 10-14.
7. Мухін В.М. Фізична реабілітація : підручник / В.М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2000. – 559 с.
8. Соколова Н.Г. Практическое руководство по детской лечебной физкультуре / Н.Г. Соколова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. – 448 с.
9. Ставіцька О.М. Засоби фізичної реабілітації при сколіозі у дітей / О.М. Ставіцька // Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини. – 2017. – № 1. – С. 73-78.
10. Пєшкова О.В. Комплексна фізична реабілітація при сколіотичній поставі / О.В. Пєшкова, О.М. Авраменко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2009. – № 2. – С. 84-88.

Коцур Н.И., Товкун Л.П.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

НАРУШЕНИЕ ОСАНКИ У УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ЕЕ КОРРЕКЦИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Аннотация
В статье проведен анализ современной научной литературы по проблеме нарушения осанки у школьников и ее коррекции средствами физической реабилитации. Представлены результаты исследования нарушений осанки учащихся среднего школьного возраста. Путем анкетирования учащихся и родителей раскрыто факторы, способствующие нарушению осанки школьников и степень осведомленности родителей с указанной проблемой. Предложены средства физической реабилитации и методики их использования при нарушениях осанки у школьников. Проанализированы наиболее эффективные программы физической реабилитации при нарушениях осанки.
Ключевые слова: ученик, осанка, соматоскопия, антропометрия, профилактика, коррекция, физическая реабилитация.

Kotsur N.I., Tovkun L.P.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

VIOLATION OF POSTURE IN PUPILS OF MIDDLE SCHOOLCHILDREN AGE AND HER CORRECTION BY MEANS OF PHYSICAL REHABILITATION

Summary
The analysis of modern scientific literature from problem of violation of posture in schoolchildren and her correction by means of physical rehabilitation is considered in the article. The results of research of violations of posture for the schoolchildren of middle school age are elucidated in it. By ways of questionnaire the schoolchildren and parents are revealed of factors that assist violation of posture in schoolchildren and degree of awareness of parents with the marked problem. Means of physical rehabilitation and methods of their using for violations of posture in pupils are offered. The most effective complex programs of physical rehabilitation for violation of posture are analyzed.
Keywords: pupil, posture, somatoskopiia, anthropometry, prophylaxis, correction, physical rehabilitation.

УДК 796.011.1:616-071.2-084-057.874

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПРАВИЛЬНОЇ ПОСТАВИ ШКОЛЯРІВ

Красов О.І.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

Шкільний вік – дуже відповідальний період у розвитку дитини. Саме в цьому віці закладається фундамент загального фізичного розвитку, виховання рухових умінь і навичок, а також виховання навички правильної постави. Найбільший вплив на поставу здійснює фізичне виховання, заняття спортом та побутова діяльність школяра. Але під впливом різних факторів (робоча поза, гіподинамія) порушується співвідношення фізіологічних вигинів хребта.

Ключові слова: постава, учні, фізична культура, навчальний процес, профілактика.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень та публікацій. Для того, щоб оптимально використовувати системи фізичного виховання дітей шкільного віку, потрібно знати структуру і взаємозв'язок фізичної підготовленості та морфо функціонального стану дітей. По цій темі проводили дослідження ряд науковців (Н.В. Москаленко, 2009, В.Ю. Рубан, 2016, Т.В. Лук'яненко, 2009).

Погіршення стану здоров'я підростаючого покоління в Україні набуло за останні роки стійкого характеру. За статистичними даними стан здоров'я школярів починає погіршуватись ще в молодшому шкільному віці та до закінчення школи приблизно в 70% дітей спостерігається різного роду відхилення, як у стані здоров'я, фізичному розвитку, так і порушення постави. В результаті досліджень було виявлено, що такі негативні тенденції обумовлені перш за все недостатньою руховою активністю школярів, яка постійно прогресує вже не один рік, а також соціальними, економічними та технологічними негараздами, які спостерігаються в нашій країні. В даних умовах найбільш ефективними та доступними засобами оздоровлення на перше місце виходить фізичне виховання. Для цього визначають структурний комплекс рухової системи дитини. Це дає можливість розробити ефективні педагогічні дії [1].

Зміцнення та збереження здоров'я учнів, підвищення рівня їх фізичної підготовленості являється одним із головних завдань, які гостро стоять перед українським суспільством. Для вирішення цього завдання перш за все необхідно привести спосіб життя дітей у відповідності із закономірностями їх росту і розвитку, розробити ефективні засоби впливу на організм, запровадити раціональний режим праці і відпочинку.

Мета дослідження – на основі аналізу, узагальнення та систематизації даних літературних джерел обумовити та визначити педагогічні вимоги до формування правильної постави у школярів.

Методи дослідження. У проведених дослідженнях було застосовано теоретичний аналіз літературних джерел і узагальнення досвіду передової практики профілактики порушення постави та формування правильної пози у дітей, коли вони стоять, сидять або ходять.

Виклад основного матеріалу. В період росту організму дитини в її кістково-м'язовій системі під впливом різних несприятливих факторів можуть виникнути ті або інші відхилення від нормального розвитку.

У молодшому шкільному віці кістково-м'язовий апарат нестійкий, легко піддається деформації, і якщо допустити нерівномірне і нераціональне навантаження на опорно-руховий апарат, то в дітей розвиваються різні паталогічні зміни. Особливо часто виникають порушення постави, тобто нефіксовані викривлення, які не піддаються виправленню (бокові викривлення і кіфоз).

Середній шкільний вік характеризується значними змінами в організмі підлітків – відбувається інтенсивний ріст тіла в довжину з посиленням процесу окостеніння хребта. Але окостеніння не завершується і до 14-15 років, хребет дитини ще піддається різним викривленням при нерівномірному навантаженні, неправильному положенні тіла тощо. Цим пояснюється розвиток всіляких викривлень, які виникають переважно в 10-14 років. Порушення постави можуть переходити в сталі викривлення (фіксовані) – сколіози, лордози, кіфози тощо. В цей період ще можна коригувати ці вади, але виправленню вони піддаються гірше і за довгий час.

У старшому шкільному віці окремі частини тіла в своєму пластичному формуванні досягають форм дорослої людини. Кістки стають міцнішими і товщими в об'ємі, але процеси окостеніння ще тривають. Формування постави завершується і всі викривлення і деформації закріплюються. У цьому віці займатися коригувальною гімнастикою потрібно вже для того, щоб зміцнити м'язи і запобігти прогресові викривлень [2]. Як відомо, постава це положення тіла в спокої та в русі, і являє собою динамічний акт, пов'язаний з напруженням та розслабленням в м'язовій системі, які регулюються процесами збудження і гальмування в корі головного мозку. Це певний, набутий в процесі індивідуального розвитку і виховання динамічний стереотип.

У шкільному віці постава дітей особливо часто піддається порушенням у зв'язку з тим, що навчальний процес у школі і вдома (тривале сидіння і різні асиметричні пози) пов'язаний з великими вимогами до статичної витривалості м'язів, до яких вони ще недостатньо підготовлені.

Правильна постава характеризується такими показниками:

1. Пряме положення голови і симетрично окреслені шийно-плечові лінії.
2. Кути лопаток розміщені на одній лінії.
3. Трикутники талії симетричні.
4. Нормальні фізіологічні кривизни хребта в сагітальній площині (якщо дивитися збоку) плавно

© Красов О.І., 2019

переходять одна в одну, вершини вигинів відхиляються від середньої лінії в поперековому відділі вперед, а в грудному – назад не більше як на 3 см.

5. У фронтальній частині (якщо дивитись зі спини) хребет не повинен мати відхилення від середньої лінії, а має розміщуватись точно посередині тулуба, голова та шия повинна бути у вертикальному положенні.

6. Грудна клітка повинна мати симетричну будову, живіт підтягнутий.

7. Таз є опорою для хребта, а тому від його положення залежить стан хребта. Таз повинен розміщуватись строго симетрично, без бічного нахилу і ротації (повороту).

Різні відхилення від нормального розвитку спочатку виникають як функціональні порушення постави і якщо своєчасно не вжити заходів, то всі порушення з часом перетворюються в сталі деформації хребта (різного виду сколіози), які дуже важко піддаються виправленню, а то і зовсім не виліковні.

Порушення постави спотворюють форму тіла, призводять до незмінюваних деформацій, є причиною різних захворювань та негативно впливають на загальний стан здоров'я і працездатність учня. Такий стан викликає тяжкі переживання, пов'язані з усвідомленням своєї фізичної неповноцінності.

Типи порушень постави бувають такі: сколіотична і кіфотична; кіфо-сколіотична; з круглою спиною; кіфо-лордична та лордотична. У формуванні правильної постави важливу роль відіграє стопа, яка є опорою для всього опорно-рухового апарату. Форма стопи безпосередньо впливає на стан постави. Якщо у школяра стопа сплющена або плоска, її ресорна функція зменшується, а це несприятливо впливає на стан хребта, виникають різного виду деформації. Несприятливо впливає на формування стопи носіння м'якого взуття без каблуків. Але ходити босоніж по грунту або піску корисно.

Профілактика плоскостопості у школярів є дуже важливим питанням у загальній системі фізичного виховання.

Вади зору також ведуть до порушення постави, бо учень з поганим зором низько нахиляється над зошитом або книгою, згинаючи при цьому хребет.

Формування правильної постави має прямий зв'язок з розвитком усього організму. Важливими заходами, які необхідно проводити в школі для профілактики і виховання правильної постави учнів є:

1. Регулярний лікарський контроль за станом кістково-м'язової системи.

2. Навчання школярів правильних робочих поз.

3. Виховання і закріплення навичок правильної постави.

4. Систематичне проведення фізкультхвилинок під час уроків.

5. Роз'яснювальна робота серед всього педагогічного колективу, а також серед батьків.

При медичному огляді школярів лікар повинен приділити особливу увагу стану опорно-рухового апарату. Участь класного керівника або вчителя фізкультури в огляді обов'язкова, щоб вони знали, у яких учнів є порушення постави та різних відхилень від норми.

Найпершими помічниками батьків в організації вдома правильного гігієнічного і рухового режиму учнів мають бути лікар, учитель фізкультури, класовод та класний керівник [5].

На заняттях у школі і вдома учні в середньому сидять по 6-10 годин за день. Весь цей час вони перебувають у статичному положенні, і якщо школяра, починаючи з 1 класу не навчити правильно сидіти за партою під час уроку, а вдома за приготуванням домашніх завдань, то вимушені, неправильні пози призведуть потім до порушень постави і різних демонстрацій.

Учителі – класоводи повинні відповідати за виховання правильної постави своїх учнів так само і за їх успішність у навчанні. Тільки при такій постановці питання ми можемо добитись добрих наслідків у боротьбі за здоров'я учнів. З перших днів перебування учнів у школі вчитель повинен навчити дітей правильно сидіти. За цим потрібно стежити на кожному уроці і тільки тоді можна сподіватись, що в учнів виробляться навички правильного сидіння за партою.

Питання профілактики порушень постави учнів і заходи, пов'язані з ними повинні ставитись на педагогічних радах, виробничих нарадах вчителів і батьківських зборах. Питання, пов'язані з вихованням правильної постави у школярів, можна систематизувати у ряд заходів (вдома і в школі) спрямованих на виховання і прищеплювання учням навички правильно тримати своє тіло при ходьбі і бігу, в положенні сидячи та стоячи.

До вправ ранкової гімнастики поряд із загально розвиваючими вправами слід включати вправи для виховання правильної постави (наприклад, вправи біля вертикальної площини, біля стінки без плінтуса). Крім цього слід виконувати вправи біля дзеркала та вправи з рівноваги [6].

При ходьбі потрібно голову тримати рівно, дивлячись прямо перед собою, плечі розгорнуті, живіт злегка підтягти. Для рівномірного розподілу навантаження на спину школяра рекомендується носити ранці. Стояти потрібно на обох ногах на ширині ступні, не приймати так званих невимушених поз, коли вага тіла припадає на одну ногу, а друга зігнута. При цих позах опускається одне плече, і якщо таке неправильне положення входить у звичку, воно повільно переходить в порушення постави і викривленням хребта.

Необхідно навчити учнів сидіти за партою: у школі вчителі, вдома – батьки. Парти потрібно підбирати так, щоб вони відповідали зростові учня.

Дуже добре впливають на організм дітей фізкультхвилинки, після яких зникає втома, відновлюється працездатність. Учнів слід обов'язково пересаджувати з лівого ряду парт на правий (і навпаки) не рідше одного разу на місяць. Вдома, виконуючи домашні завдання учні повинні дотримуватись правильних поз і через кожні 25-30 хвилин робити фізкультпаузи.

Однією із важливих ланок у системі формування правильної постави є урок фізичної культури. Потрібно пам'ятати, що вправи для вироблення правильної постави, профілактики і корекції плоскостопості необхідно включати в кожен урок (до підготовчої та заключної частин), а також у комплекс вправ для домашніх завдань [4].

Висновки. Виховання правильної або максимально наближеної до неї постави – це кінцева мета роботи учня та педагога по цьому питанню. Узагальнюючи результати досліджень можна

стверджувати, що для дотримання правильної постави важливо навчити дітей розслабляти та напружувати окремі м'язові групи. Враховуючи ці обставини слід використовувати вправи на розслаблення в комбінації із вправами на напруження м'язів. Потрібно підбирати такі вправи, які формують точні уявлення про взаєморозміщення окремих елементів тіла та взаємонапругу м'язів при правильній поставі.

Вправи, які формують навички правильної постави та методика їх проведення повинні забезпечувати коригуючи дії на м'язову систему та кістково-звязковий апарат. Вправи з статичними положеннями, які затримують роботу дихального апарату, необхідно чергувати із вправами на розслаблення та дихальними вправами. Індивідуалізацію локальної корекції слід здійснювати шляхом вивчення у кожного з учнів двох – трьох так названих "своїх" вправ, які підібрані в залежності від дефекту постави, для самостійного виконання цих вправ у наступного.

Список літератури:

1. Вільчковський Е.С. Система фізичного виховання молодших школярів: [навч.-метод. посібник для викладачів та студентів вищих навчальних закладів освіти I-II рівнів акредитації] / Е.С. Вільчковський. – ІЗМН, 1998. – 232 с.
2. Дубогай А.Д. Оценка ФР и Фп состояния младших школьников. История врачебно-педагогического контроля в массовой физической культуре для аспирантов. – К., 1991. – С. 80-83.
3. Круцевич Т.Ю. К вопросу об эффективности системы физического воспитания в общеобразовательных школах Украины / Т.Ю. Круцевич // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 1. – С. 239-243.
4. Лукьяненко Т.В. Здоровый позвоночник. Рецепты и рекомендации. – Харьков: Книжный клуб «Клуб семейного досуга», 2008. – С. 244-269.
5. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчинкова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич]. – [2-ге вид., перероб. та доп.] – К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. літ-ра», 2017. – Т. 2. Методика фізичного втховання різних груп населення. – С. 155-159.
6. Учебник інструктора по лечебной физической культуре. Учебник для ин-тов. физической культуры. Под ред. В.К. Добровольского. – М.: "Физкультура и спорт", 1974. – С. 418-436.

Красов А.И.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация
Школьный возраст очень ответственный период в развитии ребенка. Именно в этом возрасте закладывается фундамент общего физического развития, воспитание двигательных умений и навыков, а также воспитание навыка правильной осанки. Наибольшее влияние на осанку осуществляет физическое воспитание, занятия спортом и бытовой деятельности школьника. Но под воздействием разных факторов (рабочая поза, гиподинамия) нарушается соотношение физиологических изгибов позвоночника.
Ключевые слова: осанка, ученики, физическая культура, учебный процесс, профилактика.

Krasov A.I.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

PEDAGOGICAL CONDITIONS TO FORM THE CORRECT POSTURE OF SCHOOLCHILDREN

Summary
School age is very important period in the child's development. the foundation of general physical development starts in this age, motion skills and habits are developing, as well as the correct posture. The physical education, sports and the householding have a great influence on the posture of the student. But under the influence of different factors (working pose, hypodynamia) the ratios of the physiological bends of the spine could beviolate.
Keywords: posture, students, physical culture, educational process, prevention.

УДК 796.012:613.9

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК, ЩО ВИЗНАЧАЄ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Мовчан В.П.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті досліджується вплив рухової активності на стан здоров'я людини. Оптимальний режим рухової активності (співвідношення обсягу й інтенсивності вправ при раціональному чергуванні засобів фізичного виховання) є найважливішим чинником розвитку рухової функції людини. Рухова активність, як основний (але не єдиний) засіб фізичної культури, має багато можливостей для вирішення комплексу проблем, пов'язаних з розвитком та здоров'ям людей. Використання різноманітних форм фізичної культури сприяє профілактиці захворювань, продовженню тривалості життя, підвищує працездатність, забезпечує активне творче довголіття, допомагає в організації повноцінного дозвілля і боротьбі із шкідливими звичками, створює умови пізнання власних можливостей.

Ключові слова: рухова активність, фізичне навантаження, серцево-судинна система, здоров'я людини.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень, публікацій. Формування людини на всіх етапах її еволюційного розвитку відбувається на тлі активної м'язової діяльності, яка забезпечує нормальну роботу серцевої та дихальної систем, постійність внутрішнього середовища організму, його гомеостаз тощо. Незаперечним фактом виступає зв'язок рухової активності зі станом фізичного здоров'я людини, яке, у свою чергу, визначається резервами енергетичного, пластичного і регулятивного забезпечення функцій організму, характеризується стійкістю до впливу патогенних факторів і здатністю протидіяти патологічним процесам та є основою здійснення соціальних і біологічних функцій [6; 12; 14].

Дефіцит рухової активності приводить до погіршення адаптації серцево-судинної системи до стандартного фізичного навантаження, зниження показників ЖЕЛ, станової сили, появи надмірної маси тіла, підвищення рівня холестерину в крові. Захворюваність в умовах гіпокінезії в 2 рази вище, ніж у людей з достатнім рівнем рухової активності.

Тому вирішення даної проблеми є дуже актуальним.

Вихідним базовим визначенням у нашій роботі є термін «здоров'я». Існує багато відтінків значення цього поняття. Ми дотримуємося визначення, що запропоноване Статусом Всесвітньої організації охорони здоров'я: «Здоров'я стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад» [21].

Крім базового розуміння, ми використовуємо синонімічні йому визначення (фізичний розвиток, фізична підготовленість, рівень здоров'я), які, вважаємо, найбільше відповідають сучасній теоретичній позиції. Перше визначення взято з «Енциклопедичного словника медичних термінів» і воно звучить так, що фізичний розвиток:

1) процес зміни морфологічних і функціональних властивостей організму в процесі його індивідуального розвитку;

2) сукупність морфологічних та функціональних властивостей організму, що визначають запас його фізичних сил, витривалість, працездатність, узагальнені дані яких є одним із показників стану здоров'я населення.

Друге визначення описує фізичну підготовленість як «рівень розвитку фізичних якостей, навичок та умінь, які необхідні для успішного виконання даного виду діяльності, а також відображає результати фізичної підготовки» У свою чергу фізична підготовка визначається як «використання фізичних вправ з метою сприяння яким-небудь спеціальним видам діяльності».

Інші особливості здоров'я, наприклад, у порівнянні з хворобою, а також «ступінь» фізичного, духовного і соціального благополуччя, що згадується у визначенні здоров'я, прийнятому ВОЗ, можуть бути охарактеризовані, головним чином, описово. Більш конкретний зміст поняття «рівень здоров'я» ще має бути визначений.

Мета – визначити за даними літературних джерел залежність фізичного стану людини від її рухової активності.

Виклад основного матеріалу. Якщо порівняти наведені вище визначення, то їх сукупність у лаконічній формі постає достатньо вагомим аргументом для того, щоб обґрунтувати напрями нашої роботи, адже ж характер процесів адаптації до соціальних умов життя та умов середовища, динаміка працездатності, управляючи впливом на організм з допомогою спеціально підібраних і організованих у систему фізичних вправ усе це завдання нашої роботи.

Рухова активність виконує роль своєрідного регулятора росту і розвитку молодого організму, є необхідною умовою для становлення й удосконалювання людини як біологічної істоти і соціального суб'єкта [16; 20].

Зниження фізичної активності розглядається як чинник, що сприяє розвитку так званих хвороб цивілізації [7; 13]. У їх числі: гіпертонічна хвороба, атеросклероз, ішемічна хвороба серця та інфаркт міокарда, ожиріння, порушення постав з пошкодженнями кісткового, м'язового і зв'язкового апарату, а також хвороб, які характеризуються функціональною слабкістю внутрішніх органів. Статистика показує, що ці захворювання і їх ранні симптоми простежуються у великої кількості осіб. Вони є першими причинами непрацездатності, захворюваності і смерті людей [10].

На здоров'я людини впливають різні фактори: воно приблизно на 50% залежить від способу життя, на 20% – від стану оточуючого середовища і лише на 8,5% – від суто медичних факторів [5].

© Мовчан В.П., 2019

Як свідчить вітчизняний і зарубіжний досвід, рухова активність як основний (але не єдиний) засіб фізичної культури має багато можливостей для вирішення комплексу проблем, пов'язаних з розвитком та здоров'ям людей. Використання різноманітних форм фізичної культури сприяє профілактиці захворювань, продовженню тривалості життя; підвищує працездатність, забезпечує активне творче довголіття, організацію повноцінного дозвілля, боротьбу із шкідливими звичками, створює умови пізнання власних можливостей.

Практика фізичного виховання, а також дослідження, проведені в цьому напрямку, свідчать про значний вплив рухової активності на розвиток, стан здоров'я і працездатність людини [1; 3; 13]. Відомий гігієніст і педагог В.В. Горинєвский писав, що «що бігаюча, граюча і стрибаюча дитина глибоко і часто дихає, серце її сильно б'ється, розпалюються щоки, вона набуває приємного збудженого стану. Лікарські спостереження і докладне дослідження таких дітей показують, яку величезну користь здоров'ю приносять ці веселі фізичні вправи, особливо якщо вони відбуваються на свіжому повітрі».

Дуже актуальними є дослідження і розробки об'єктивних критеріїв щодо оцінки впливу фізичних навантажень на організм дітей і підлітків. Об'єктивність такого підходу забезпечується комплексним вивченням серцево-судинної і дихальної систем, буферних властивостей крові і процесу м'язової діяльності підлітків 13-16 років [11; 15].

Інтенсивні нейроендокринні перебудови, пов'язані з пубертатним періодом, справляють істотний вплив на характер адаптивних реакцій і їхню якісну своєрідність. Тому вивчення вікових особливостей фізіологічних реакцій у діапазоні від 13 до 16 років має особливо важливе значення для визначення раціональних засобів стимуляції функціональних резервів організму підлітка і підвищення адаптації до м'язового навантаження. Збільшення рухової активності і досягнення при цьому збільшення резервів організму є важливим соціальним завданням [14]. Дотепер недостатньо розроблені конкретні фізіологічні критерії оцінки адаптаційних зсувів у відповідь на фізичне навантаження помірної активності, що слугує ефективним засобом підвищення функціональних можливостей серцево-судинної і дихальної систем.

Одним з найважливіших показників росту і розвитку організму дітей є задоволення його органічної потреби в руховій активності (кінезофілія). Проте однієї природної потреби в руховій активності у дітей недостатньо. Кінезофілія, що перетворюється у свідому потребу дитини займатися фізичними вправами, дає можливість вирішити найважливіше завдання фізичного виховання підростаючого покоління, що особливо гостро постало сьогодні, у період науково-технічного прогресу, впровадження фізичної культури в повсякденний побут нашого народу.

Отже, рухова активність може бути визначена, по-перше, як чинник, що позитивно впливає на ріст і розвиток організму, а по-друге – як один з об'єктивних показників його функціонального стану, тому що рухова активність належить до однієї з найважливіших біологічних потреб людини [16].

Проте рухова активність повинна мати свої межі, особливо в молодшому шкільному віці. Численні дослідження дозволили встановити, що як недостатня, так і надлишкова рухова активність призводить до паталогічних зсувів у стані організму [4; 8; 14].

При дослідженні проблеми рухової активності особливої актуальності набуває виявлення параметрів, що визначають оптимальний рівень її для різноманітних вікових груп населення, що враховують віково-статеві особливості і можливості організму. Дана концепція слугує підставою для наукової розробки норм рухової активності населення і методичних рекомендацій щодо створення оптимального рухового режиму студентської молоді.

Оптимальний режим рухової активності (співвідношення обсягу й інтенсивності вправ при раціональному чергуванні засобів фізичного виховання) є найважливішим чинником розвитку рухової функції людини [1; 8; 14, 20].

В основу раціонального рухового режиму повинен бути покладений принцип оптимальності, який залучає до використання широкого арсеналу засобів фізичної культури, що забезпечує сучасне формування й удосконалення основних прагнень людини, а також комплексний розвиток рухових якостей.

Оптимальний руховий режим має на меті проведення на високому методичному рівні комплексу організуючих форм фізичного виховання та створення необхідних умов для самостійної рухової, оборонної і трудової активності.

На думку А.С. Сухарева, гігієнічною нормою варто вважати такі розміри рухової активності, що повністю задовольняють потребу в руховій активності, відповідають функціональним можливостям організму, сприяють зміцненню здоров'я людини [18].

Як вище було зазначено, в основу норми рухової активності повинен бути покладений принцип оптимальної кількості довільних рухів, які виконуються людиною протягом дня [16; 18].

Другий важливий принцип нормування рухової активності – оптимальність фізичних навантажень, що сприяють зміцненню здоров'я і всебічному розвитку організму відповідно до його функціональних можливостей [14].

В оцінці чинників, які впливають на рухову активність людини, існує дві різні точки зору: одна група вчених схильна вважати, що спонтанна рухова активність генетично визначена. Е.С. Вільчковський, стежачи за школярами, він виділив серед них групу енергійних дітей, найбільш активних у процесі занять, які під час рухливих ігор найчастіше бувають лідерами у своєму колективі. Діти протилежної групи малоініціативні, більше тяжіють до спокійних ігор, на прогулянці менше перебувають у русі. При цілеспрямованому педагогічному впливі поведінка дітей змінювалося. Таким чином, рухова активність людини соціально обумовлена, вона визначається фізіологічним навантаженням і режимом моторної діяльності [2; 4; 8].

Проте як перша, так і друга точка зору не можуть повністю пояснити цей вплив. Дослідження, проведені під керівництвом Б.А. Никитюка на Близнюкових парах, встановили, що рухова

активність людини залежить від комплексного впливу генетичних і соціальних чинників [17].

У цьому зв'язку систематичне вивчення рухової активності населення країни дуже важливе для організації фізичного виховання студентської молоді.

Висновки. Численними дослідженнями доведено, що рухова активність може бути визначена, по-перше, як чинник, який позитивно впливає на ріст і розвиток організму, а по-друге, як один з об'єктивних показників його функціонального стану, тому що рухливість відноситься до однієї із важливих біологічних потреб людини. Встановлено, що незаперечним фактом є зв'язок рухової активності зі станом здоров'я людини, який, в свою чергу, визначається резервами енергетичного, пластичного і регуляторного забезпечення функцій організму, характеризується стійкістю до впливу патогенних факторів і здатністю протидіяти патологічним процесам та є основою здійснення соціальних і біологічних функцій.

Список літератури:

1. Андрєєва О.В. Фізична рекреація різних груп населення: [монографія]. – К.: ТОВ «НВП Поліграф сервіс», 2014. – 280 с.
2. Ажицкий К.Ю. О влиянии интенсивности тренировочных нагрузок на аэробные возможности людей с различной физической подготовленностью / К.Ю. Ажицкий, В.А. Гальчинский // Всесоюз. науч.-практ. конф. «Физическая культура и здоровый образ жизни». – М., 2002. – С. 8.
3. Ареф'єв В.Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посібник / В.Г. Ареф'єв.– Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2001. – С. 125-126.
4. Артюшенко А. Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту / А. Артюшенко // Збірн. наук. праць за ред. С.С. Єрмакова. – Харків, XXIII. – 2010. – С. 6-9.
5. Амосов Н.М., Бендет Я.А. Физическая активность и серце. – 2-е изд. доп. – К.: Здоров'я. 1989. – 213 с.
6. Апанасенко Г.Л. Об оценке состояния здоровья человека / Г.Л. Апанасенко // Врачебное дело, 1988. – № 5. – С. 112-114.
7. Апанасенко Г.Л. Проблемы управления здоровьем человека / Г.Л. Апанасенко // Наука в олимпийском спорте, 1999. – С. 56-60.
8. Боднар І.Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальних медичних группах: навч. посібник / І.Р. Боднар. – Львів: ЛДУФК, 2013. – 170 с.
9. Бальсевич В.К. Физическая активность человека / В.К. Бальсевич, В.А. Запорожанов. – К.: Здоровье, 1987. – 224 с.
10. Вільчковський Е.С. Дослідження рухової активності дітей 3-7 років / Е.С. Вільчковський, О.О. Біженський // Мат. 11 Всеукр. наук. практ. конф. «Концепція підготовки спеціалістів фізич. культ. в Україні». – Луцьк: Вежа, 1996. – С. 372-374.
11. Войтенко В.П. Здоровье здоровых: Введение в синологію / В.П. Войтенко. – К.: Здоров'я, 1991. – 245 с.
12. Врублевский В.П. Комплексность использования физических нагрузок, как средство укрепления здоровья / В.П. Врублевский // Тез. докл. междунар. науч. конф. – Минск, 1994. – 21 с.
13. Годик М.А. Исследование двигательной активности студентов с помощью компьютерной экспертизы / М.А. Годик, В.И. Тимошкин // Теор. и практ. физ. культ. – 1990. – № 2. – С. 32-33.
14. Запорожанов В.А. Физическая активность человека / В.А. Запорожанов, В.К. Бальсевич. – К.: Здоровье, 1987. – 132 с.
15. Иващенко Л.Я. Обоснование нормативов двигательной активности взрослого населения / Л.Я. Иващенко // Тез. и реф. науч. работ по респуб. конф. – К., 1985. – С. 36-39.
16. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді / Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
17. Куц О.С. Організаційно-методичні основи фізкультурно-оздоровчої роботи зі школярами, які проживають за умов підвищеної радіоактивності: автореф. дис. док. пед. наук / О.С. Куц. – К., 1997. – 40 с.
18. Конакова О.Ю. Оздоровчі інновації та фітнес технології у фізичному вихованні різних груп населення / О.Ю. Конакова. – Дніпро: «Інновація», 2016. – 130 с.
19. Степанова І.В. Організаційно-методичні засади рекреаційно-оздоровчої рухової активності різних груп населення: навч. посібник / І.В. Степанова. – Дніпро: «Інновація», 2016. – 188 с.
20. Уилмор Дж.Х. Физиология спорта и двигательной активности / Дж.Х. Уилмор, Д.Л. Костил. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 504 с.
21. Филин В.П. Воспитание физических качеств юных спортсменов / В.П. Филин. – М.: ФиС, 1997. – 252 с.
22. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: навч. посібник / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Богдан, 2002. – Т. 2. – 237 с.

Мовчан В.П.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЙ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Аннотация
В статье исследуется влияние двигательной активности на состояние здоровья человека. Оптимальный режим двигательной активности (соотношение объема и интенсивности упражнений при рациональном чередовании средств физического воспитания) является важнейшим фактором развития двигательной функции человека. Двигательная активность, как основной (но не единственный) способ физической культуры, имеет много возможностей для решения комплекса проблем, связанных с развитием и здоровьем людей. Использование различных форм физической культуры способствует профилактике заболеваний, продлению продолжительности жизни, повышает работоспособность, обеспечивает активное творческое долголетие, помогает в организации полноценного досуга и борьбе с вредными привычками, создает условия познания собственных возможностей.
Ключевые слова: двигательная активность, физическая нагрузка, сердечно-сосудистая система, здоровья человека.

Movchan V.P.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University»

MOTION ACTIVITY AS A FACTOR DETERMINING HUMAN HEALTH

Summary
Influence of motion activities human health is tackled in article. Optimal regime of motion aktivities (correlation between the amount and intensivity of exercises in rational alternation of means of physical training) is the most important factor of human motion activities development. Motor activity, as one of the basic means of physical culture, has many opportunities for solving a complex of problems related to the development and health of people. The use of different forms of physical culture helps to prevent diseases, longevity, increases working efficiency, provides active creative longevity, organizes a full-fledged leisure, and leads the fight against bad habits, creates conditions for the knowledge of their own capabilities.
Keywords: physical activity, physical activity, cardio-vascular system.

УДК 37.03:796.01(043)

ЗВ'ЯЗОК МІЖ РІВНЕМ СФОРМОВАНОСТІ У ПІДЛІТКІВ МОТИВУ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ ТА РІВНЕМ РОЗВИТКУ ЯКОСТЕЙ

Нечипоренко Л.А., Нечипоренко О.В., Нечипоренко Д.Л.
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

Проаналізована психолого-педагогічна література, яка присвячена мотиву досягнення успіху. Встановлено, що підлітковий вік характеризується фізіологічним розвитком таких фізичних якостей як сила, швидкість та спритність. Сформовано та експериментально перевірено ефективність використання запропонованих нами методичних рекомендацій підвищення рівня сформованості у підлітків мотиву досягнення успіху в процесі розвитку фізичних якостей. Встановлено взаємозв'язок між рівнем сформованості у підлітків мотиву досягнення успіху та рівнем розвитку фізичних якостей.
Ключові слова: мотив досягнення успіху, підліток, фізичні якості, методичні рекомендації, вольові якості.

Постановка проблеми. Сучасне суспільство вимагає від людини максимальної реалізації свого потенціалу, що в свою чергу допоможе досягти успіху в професійній та навчальній діяльності. Адже саме ці сфери людського життя вимагають максимальної реалізації власних здібностей для досягнення певного результату, який може бути оцінений соціальними нормами.

Для того, щоб людина почала діяти, необхідно, щоб виникли певні спонукання, що штовхатимуть її до діяльності. Такими спонуканням є мотиви, а стосовно максимальної реалізації та досягнення успіху в певній діяльності – мотив досягнення успіху.

В загальноосвітніх навчальних закладах урок фізичної культури – це основна форма впровадження фізичного виховання. Кожен урок має свої

© Нечипоренко Л.А., Нечипоренко О.В., Нечипоренко Д.Л., 2019

завдання, які необхідно вирішити та план проведення, якого необхідно дотримуватись. Окрім цього, урок фізичної культури має значний вплив на формування особистості, а так як одним з головних завдань загальноосвітнього навчального закладу є формування успішної особистості, то процес формування в учнів мотиву досягнення успіху відіграє одне з ключових завдань. Саме тому, вчитель фізичної культури, на ряду з формуванням фізичних здібностей, збільшенням рухового запасу, покращення фізичних якостей учня має також формувати стійкий інтерес до фізичного самовдосконалення, формувати готовність до вольових напружень та сприяти підвищенню рівня сформованості мотиву досягнення успіху. Для цього ми розробили рекомендації, застосування яких допоможе вчителю при формуванні у підлітків мотиву досягнення успіху в процесі виконання фізичних вправ різної направленості.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Згідно досліджень А.О. Артюшенко та Л.В. Волкова [1; 2] підлітковий вік характеризується значними приростами у розвитку швидкісних та силових якостей. Знаючи цю особливість підліткового віку, вчитель повинен використовувати її для створення ситуацій успіху. Так як приріст в результатах буде очевидним, вчителю необхідно ставити перед учнями конкретні цілі, досягнення яких формуватиме в учнів впевненість у власних силах, задоволеність результатами власної діяльності, а це позитивно впливатиме на формування мотиву досягнення успіху.

На основі аналізу психолого-педагогічної літератури [1; 2; 3; 4; 7; 8; 9; 10] присвяченій взаємопов'язаному розвитку фізичних якостей та мотиваційної складової особистості, ми сформували методичні рекомендації для підвищення рівня сформованості у підлітків мотиву досягнення успіху в процесі фізичного виховання.

Згідно досліджень Є.П. Щербакова [10], у процесі розвитку у підлітків швидкісно-силових якостей, витривалості та спритності дитина мусить проявляти вольові зусилля, такі як наполегливість, сміливість, ініціативність, рішучість, завзятість та інші. Прояв цих зусиль в процесі фізичного виховання формує ці вольові якості. А згідно досліджень І.О. Дудник [4] та А.О. Артюшенко [1] процес формування вольових якостей тісно пов'язаний з формуванням мотиву досягнення успіху.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Основна ідея нашого дослідження полягає в тому, що ми розглядаємо підвищення рівня сформованості мотиву досягнення та розвитку фізичних якостей як єдиний та взаємодоповнюючий процес формування успішної особистості.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити методичні рекомендацій підвищення рівня сформованості у підлітків мотиву досягнення успіху в процесі розвитку фізичних якостей.

Виклад основного матеріалу. В нашому експерименті було задіяно 92 учні 8-х класів. Було утворено дві групи: експериментальна та контрольна. Учні ЗОШ № 6 в кількості 45 підлітків утворили контрольну групу, а учні спеціалізованої школи № 3 в кількості 47 підлітків – експериментальну.

Розвиток швидкості як фізичної якості має позитивний вплив на формування у підлітків мотиву досягнення успіху. Згідно досліджень А.О. Артюшенко [1], процес розвитку швидкісних можливостей підлітка позитивно впливає на формування в нього ініціативності, сміливості та самостійності. Формування цих вольових якостей безпосередньо грає значну роль у формуванні мотиву досягнення успіху, адже саме ці якості допомагають долати труднощі на шляху до цілі. Тому для розвитку швидкісних можливостей ми радимо:

1. Вправи спрямовані на розвиток швидкості необхідно виконувати при відсутності почуття втоми (тобто, бажано на початку основної частини уроку).

2. Всі вправи виконувати з максимальною частотою рухів.

3. Вправи необхідно підбирати не складні, щоб при їх виконанні підліток робив акцент на максимальну частоту рухів, а не на правильність виконання.

4. Рекомендована тривалість виконання вправи 6-7 секунд.

5. Вправи повторювати через достатній відпочинок (1-2 хвилини), щоб втома не накопичувалась.

Ще однією важливою фізичною якістю для формування мотиву досягнення успіху є сила. Як засвідчили дослідження М.І. Козлова [6], суб'єктивне відчуття сили підвищує впевненість в собі, а ця психологічна якість є невід'ємною складовою емоційно-ціннісного компоненту мотиву досягнення успіху. Також розвиток сили сприяє формуванню таких вольових якостей як рішучості та завзятості [1; 3; 4]. Тому для розвитку силових здібностей наші рекомендації полягають в наступному:

1. Використовувати різний темп при виконанні силових вправ (можна використовувати вправи статичного характеру).

2. Підбирати вправи, які при їх виконанні задіюють різні групи м'язів.

3. Синхронно розвивати силу верхніх та нижніх кінцівок, м'язів черевного пресу та спини і т.п.

4. Вага обтяження не повинна перевищувати 2/3 ваги підлітка.

Наступною фізичною якістю, розвиток якої має позитивний ефект на формування у підлітків мотиву досягнення успіх, є витривалість – це здатність людини виконувати певну роботу тривалий час без зниження працездатності. До того ж робота може бути як фізична так і розумова, а тому розвиток витривалості як базової фізичної якості дуже важливий для підвищення працездатності підлітка. Високий рівень витривалості сприяє формуванню такої вольової якості як наполегливість та завзятість. Згідно досліджень Є.П. Ільїна [5], ці властивості особистості тісно пов'язані з мотивом досягнення успіху. Для розвитку витривалості ми радимо:

1. Періодично змінювати вправи, щоб уникнути стану «монотонії».

2. Використовувати не тільки рівномірний метод при розвитку витривалості, а й метод змінних зусиль («фартлек»).

Ще однією фізичною якістю підлітка, розвиток якої сприяє підвищенню рівня сформованості мотиву досягнення успіху, є спритність. Розвиток цієї фізичної якості, згідно досліджень А.О. Артюшенко [1], сприяє формуванню цілеспрямованос-

ті, а ця вольова якість особистості відіграє одну з ключових ролей в процесі досягнення цілі, тобто напряму пов'язана з мотивом досягнення успіху. Розвиток у підлітків спритності ми радимо здійснювати дотримуючись таких рекомендацій:

1. Змінювати вихідні положення при виконанні звичних вправ.

2. Використовувати снаряди та пристрої для зміни звичних умов виконання вправ.

3. Змінювати швидкість та темп виконання рухів.

4. Ускладнення вправ шляхом змін просторових кордонів виконання вправ.

5. Дзеркальне виконання вправ.

Як засвідчили результати формувального етапу експерименту, використання даних рекомендацій для розвитку фізичних якостей сприяло як розвитку цих фізичних якостей так і формуванню у підлітків мотиву досягнення успіху. Також ми розробили методичні рекомендації вчителю для розвитку цих фізичних якостей у підлітків в залежності від рівня сформованості в них мотиву досягнення успіху. Дані методичні рекомендації представлені в таблиці 1.

Значний позитивний вплив на формування у підлітків мотиву досягнення успіху, в процесі розвитку фізичних якостей, відіграє ігровий метод. Гра на уроці фізичної культури викликає підвищений інтерес в учнів, а тому вони здатні проявляти більші зусилля. Однак, для того щоб ігровий метод мав позитивний вплив на формування у підлітків мотиву досягнення успіху в процесі фізичного виховання слід дотримуватись певних рекомендацій. Згідно досліджень А. Артюшенко [1], в залежності від рівня мотивації самовдосконалення, мотиву досягнення успіху та рівня прояву вольових зусиль ці рекомендації відрізняються для учнів з високим, середнім та низьким рівнями підготовленості (фізичної та інтелектуальної). Так, для учнів з високим рівнем підготовленості слід застосовувати такі прийоми:

– періодично влаштовувати матчі з сильнішими суперниками, тобто штучно створювати «ситуацію невдачі»;

– при грі зі слабшою командою ускладнювати умови гри, тобто щоб перемога давалась не легко.

Однак, не слід зловживати цими рекомендаціями, адже постійні невдачі можуть призвести до зниження рівня впевненості у власних силах, що матиме негативний наслідок для рівня сформованості мотиву досягнення успіху. Створення ситуації невдачі необхідне для того, щоб стимулювати підлітків на подальший розвиток.

При використанні ігрового методу для підлітків з низьким рівнем підготовленості ми розробили наступні рекомендації:

– підбирати рівні за силами команди;

– при грі з сильнішою командою, створювати умови, які б допомогли цій команді перемогти (наприклад, використання «фори» чи подвійного коефіцієнту);

– відмічати старання та успіхи кожного учня.

На відміну від учнів з високим рівнем підготовленості, ці учні мають занижену самооцінку, а тому невпевнені у власних силах. Тому головним завданням вчителя є створення ситуації успіху та формування стійкого інтересу до фізичного самовдосконалення, а це в свою чергу призведе

Таблиця 1

Методичні рекомендації підвищення у підлітків рівня сформованості мотиву досягнення успіху в виконання фізичних вправ різної спрямованості

Переважна спрямованість фізичних вправ	Підлітки з високим рівнем сформованості мотиву досягнення успіху	Підлітки з середнім рівнем сформованості мотиву досягнення успіху	Підлітки з низьким рівнем сформованості мотиву досягнення успіху
1. Вправи на розвиток максимальної швидкості та швидкісно-силових показників	– періодично ускладнювати вправи із збереженням темпу рухів; – використовувати вправи з обтяженнями; – проводити забіги з сильнішими суперниками	– викорстовувати стрибки для розвитку швидкісно–силових показників; – проводити змагання на частоту рухів окремих частин тіла	– використовувати найпростіші вправи для розвитку швидкості; – рахувати кількість циклів кожної вправи та слідкувати за їх динамікою; – використовувати естафети для розвитку швидкості
2. Вправи на розвиток загальної сили, силової витривалості та швидкісно-силових можливостей	– використовувати вправи з ускладненнями; – збільшувати інтенсивність та кількість повторень вправ; – інколи ставити завдання, які межують з їх рівнем фізичної підготовленості; – використовувати вправи, де задіюється велика кількість м'язів	– використовувати цікаві неординарні вправи; – використовувати змагальний метод; – використовувати вправи з обтяженнями	– виконувати вправи в полегшених умовах; – використовувати ігровий метод для розвитку сили; – ставити завдання відповідно до рівня підготовленості підлітків
3. Вправи на розвиток загальної та спеціальної витривалості	– ставити додаткові завдання при виконанні вправ на витривалість (наприклад, слідкувати за технікою виконання); – влаштовувати змагання з крос-фіту	– влаштовувати змагання з рівними суперниками; – використовувати вправи на збільшення ЖЄЛ	– проводити уроки у вигляді фітнес-тренувань; – використовувати ігровий метод для розвитку витривалості
4. Вправи на розвиток спритності та координації	– виконувати складно-координаційні вправи в ускладнених умовах; – використовувати метод дзеркального виконання вправ	– розучувати складно-координаційні вправи по частинах	– використовувати ігровий метод для розвитку спритності

Таблиця 2

Рівні сформованості мотиву досягнення в підлітків на етапах експерименту, %

Рівні	Контрольна група			Експериментальна група		
	Констат. етап	Формув. етап	Динаміка	Констат. етап	Формув. етап	Динаміка
Високий	27%	31%	+4	29%	41%	+12
Середній	55%	57%	+2	55%	57%	+2
Низький	18%	12%	-6	16%	2%	-14

до підвищення рівня сформованості мотиву досягнення успіху.

Що стосується учнів з середнім рівнем підготовленості, то для них треба використовувати рекомендації, які подібні до рекомендацій учням з низьким рівнем підготовленості. Адже, переважно їх проблема або в заниженому рівні впевненості у власних силах, або через відсутність інтересу до фізичного самовдосконалення. Однак, переживання ситуації успіху під час виконання певної діяльності завжди має позитивний вплив на формування як інтересу до цієї діяльності так і впевненості у власних силах.

Отримані результати демонструють, що наприкінці формувального етапу експерименту рівні сформованості у підлітків експериментальної групи мотиву досягнення у процесі занять фізичною культурою значно підвищились в порівнянні з підлітками контрольної групи. Кількість учнів з високим рівнем сформованості мотиву досягнення в експериментальній групі зросла на 12% із середнім на 2%, а з низьким зменшилась на 14%. Тоді як в контрольній групі ці показники майже не зазнали змін: приріст в групі з високим рівнем сформованості у підлітків мотиву досягнення успіху склав 4%, в групі з середнім рівнем – 2%, а в групі з низьким рівнем показник зменшився на 6%.

Висновки і пропозиції. В результаті аналізу психолого-педагогічної літератури, мотив досягнення успіху розглядаємо як важливе психічне утворення особистості, рівень якого визначатиме успішність особистості в житті. Підлітковий вік є найбільш сприятливим для підвищення рівня сформованості мотиву досягнення успіху в процесі розвитку фізичних якостей.

1. В результаті експерименту нами були визначені та експериментально перевірені методичні рекомендації, які сприяли підвищенню рівня сформованості мотиву досягнення успіху в підлітків. Розроблені нами методичні рекомендації дали змогу знайти підхід до кожного учня, визначити його слабкі та сильні сторони і підвищити його рівень сформованості мотиву досягнення успіху в процесі розвитку фізичних якостей.

2. Впровадження методичних рекомендацій дало змогу досягти позитивної динаміки змін у рівня їх прояву сформованості мотиву досягнення успіху в підлітків у процесі розвитку фізичних якостей. Так, в експериментальній групі кількість учнів з високим рівнем сформованості мотиву досягнення успіхузросла на 17%, тоді як в контрольній лише на 1%, а кількість учнів з низьким рівнем зменшилась в експериментальній групі на 19,5%, а в контрольній на 2%.

Список літератури:

1. Артюшенко А.О. Виховання вольових якостей в учнів середнього шкільного віку в процесі занять фізичною культури: дис. кан. пед. наук: 13.00.07 / Андрій Олександрович Артюшенко. – Переяслав-Хмельницький, 2003. – 204 с.
2. Волков Л.В. Методика воспитания физических способностей учащихся / Л.В. Волков. – К.: Радянська школа, 1980. – 104 с.
3. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. Учебное пособие / Т.О. Гордеева. – М.: Смысл; Изд. центр «Академия», 2006. – 333 с.
4. Дудник І.О. Формування у підлітків готовності до вольових напружень у процесі занять фізичною культурою: дис. кан. пед. наук: 13.00.07 / Інна Олександрівна Дудник. – К., 2013. – 210 с.
5. Ильин Е.Н. Мотивация и мотивы / Е.Н. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.
6. Козлов Н.И. Семнадцать мгновений успеха: стратегии лидерства / Н.И. Козлов. – М.: Астрель, 2004. – 386 с.
7. Нечаева О.С. Шляхи формування мотивації досягнення успіху в обдарованих підлітків / Нечаева О.С. // Обдарована дитина. – 2007. – № 9. – С. 25-30; № 10. – С. 56-63; 2008. – № 2. – С. 29-35.
8. Нечипоренко Л.А. Педагогічні умови забезпечення особистісних досягнень підлітків засобами фізичної культури: дис. кан. пед. наук: 13.00.07 / Леонід Анатолійович Нечипоренко. – Черкаси, 2009 – 225 с.
9. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения: Пер. с англ. / Х. Хекхаузен. – СПб.: Речь, 2001. – 238 с.
10. Щербаков Е.П. Функциональная структура воли: автореф. дис. … докт. псих. наук / Е.П. Щербаков. – Л., 1990. – 45 с.

Нечипоренко Л.А., Нечипоренко Е.В., Нечипоренко Д.Л.
Черкасский национальный университет имени Богдана Хмельницкого

СВЯЗЬ МЕЖДУ УРОВНЕМ СФОРМИРОВАННОСТИ У ПОДРОСТКОВ МОТИВА ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА И УРОВНЕМ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

Аннотация
Проанализирована психолого-педагогическая литература, посвященная мотива достижения успеха. Установлено, что подростковый возраст характеризуется физиологическим развитием таких физических качеств как сила, скорость и ловкость. Сформирован и экспериментально проверена эффективность использования предлагаемых нами методических рекомендаций по повышению уровня сформированности у подростков мотива достижения успеха в процессе развития физических качеств. Установлена взаимосвязь между уровнем сформированности у подростков мотива достижения успеха и уровнем развития физических качеств.
Ключевые слова: мотив достижения успеха, подросток, физические качества, методические рекомендации, волевые качества.

Nechyporenko L.A., Nechyporenko O.V., Nechyporenko D.L.
Cherkasy National University named after Bogdan Khmelnitsky

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF FORMATION IN ADOLESCENTS MOTIVE TO ACHIEVE SUCCESS AND THE LEVEL OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES

Summary
Analyzed psychological and pedagogical literature on the motive for achieving success. It is established that adolescence is characterized by the physiological development of such physical qualities as strength, speed and agility. The effectiveness of the use of our proposed guidelines for improving the level of formation in adolescents of the motive for achieving success in the process of developing physical qualities has been formed and experimentally verified. The relationship between the level of formation in adolescents the motive for achieving success and the level of development of physical qualities is established.
Keywords: success motive, teenager, physical qualities, methodical recommendations, volitional qualities.

УДК 378.011.3–051:796]:796.54

ЛІТНІ ТАБІРНІ ЗБОРИ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Палатний І.А.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
Палатна О.М.
Переяслав-Хмельницька Станція юних туристів

У статті розглянуто досвід роботи ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» у проведені літніх табірних зборів з туризму. Систематизовано теоретичні та практичні питання підготовки та проведення літніх табірних зборів з туризму майбутніми учителями фізичної культури у вищому навчальному закладі. Узагальнено досвід практичної підготовки майбутніх учителів для фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи з учнями. Показано напрямки роботи з студентами під час проведення літніх табірних зборів. Висвітлено організаційно-методичні особливості наметового табору.
Ключові слова: літній табірний збір, туризм, фізична культура, студенти, наметовий табір.

Постановка проблеми. Докорінні зрушення політичної та економічної системи України створюють ситуацію, коли кардинально змінюється світогляд людей. Це зумовлює переосмислення процесу формування нового покоління, його взаємодії зі старшим, вдосконалення системи освіти загалом і вищої школи зокрема.

Орієнтація вищої педагогічної освіти України на досягнення відповідності європейським стандартам вимагає пошуків оновлення змісту, форм і методів підготовки майбутніх учителів до виховання підростаючого покоління. Відповідно до Закону України «Про освіту» одним з принципів, на якому має базуватися навчально-виховна діяльність закладів освіти, є органічний зв'язок

© Палатний І.А., Палатна О.М., 2019

з національною історією, культурою та традиціями. Саме тому ретельне вивчення та творче використання надбань минулого в галузі педагогічної освіти сприятиме покращенню підготовки майбутніх учителів у сучасних умовах.

Відповідно до потреб часу соціально-педагогічні орієнтири вітчизняної системи вищої педагогічної освіти передбачають якісну професійну підготовку майбутнього вчителя. У зв'язку з цим, найважливішою соціальною функцією вищих навчальних закладів, що готують учителів, постає функція формування особистості педагога гуманістичного типу, здатного професійно й творчо підходити до розв'язання завдань виховного характеру [6, с. 2].

Підвищення професійного рівня майбутніх учителів – одне з головних завдань вищої школи. Його ефективне вирішення вимагає пошуків таких форм і методів професійної підготовки, які змогли б допомогти майбутньому вчителю швидко включитись у навчально-виховну діяльність, забезпечити її високу результативність.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Одним з вагомих напрямів вирішення проблеми збереження й зміцнення здоров'я підростаючого покоління є вдумливе осмислення надбань минулого, об'єктивна оцінка історичних реалій, вивчення теоретичних ідей та досвіду у галузі підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Окремі аспекти підготовки студентів під час педагогічних практик висвітлювалися в дослідженнях науковців: Рядинскої І.А., Санжарова В.А. [4], Яковлівої О.П. [9], Титкової Т.В. [5], Чернишової Г.Ф. [7], Шулдика Г.О. [8], Казакова Н.В. [1] та ін. У дослідженнях висвітлювалися власний досвід організації та проведення позакласної й позашкільної роботи в ході педагогічної практики зі студентами, аналізувалась її структура та зміст, приводилися практичні рекомендації щодо її покращення.

Питання підготовки та проведення літніх табірних зборів з туризму майбутніми вчителями фізичної культури у вищому навчальному закладі на жаль залишаються по за увагою науковців. Лише поодинокі публікації висвітлюють дану тематику й ті стосуються туристсько-краєзнавчих практик Куйбіда В.В., Палатний І.А., Троценко Т.Ю. [2], або ж специфіки організації та проведення наметових таборів Палатний І.А., Палатна О.М., Лізньова В.І. [3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Відповідно до стандартів та навчальних планів вищих навчальних закладів України, для підготовки майбутніх вчителів географії на І-ІІІ курсах передбачений цілий ряд навчально-польових практик із географії, ботаніки та зоології. Вони базуються на знаннях, отриманих при вивченні відповідних курсів і проходять в умовах природного оточення. У цей період студенти отримують деякі практичні навики з географічних дисциплін, вивчають флору та фауну рідного краю, випробовують різноманітні польові методики, розвивають і закріплюють навики з туризму й краєзнавства.

У ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» майбутні вчителі фізичного виховання навчаються за спеціалізацією туристсько-краєзнавча робота. Додатково до нормативних навчальних дисциплін «Організація краєзнавчо-туристської діяльності», «Спортивний туризм», «Теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм)» та «Спортивно-педагогічного удосконалення (туризм)» у навчальні плани університету, за рахунок вибіркового компоненту, включена навчальна практика на ІІ та ІІІ курсах, яка складається з літнього табірного збору з туризму (30 год.) та туристських подорожей (одноденна – 6 год., трьохденна –18 год.) .

Перед кафедрами факультету фізичного виховання стоїть завдання удосконалення змісту і програм туристсько-краєзнавчої навчальної практики, їх адаптація до умов проведення табірних зборів та подорожей. Зважаючи на важливість практичної підготовки майбутніх організаторів туристсько-краєзнавчої роботи та новий підхід до її організації, обговорення методичного наповнення практики є надзвичайно актуальним питанням [2, с. 96].

Мета статті. Дослідження й аналіз нової форми організації туристсько-краєзнавчої роботи університету та обговорення навчально-методичного наповнення літніх табірних зборів з туризму.

Виклад основного матеріалу. Організація та проведення літніх табірних зборів (ЛТЗ) у природних умовах в наметовому таборі досить тривала, відповідальна та клопітка робота, яка вимагає неабияких вмінь від організаторів. Чіткі, продумані дії до початку збору та під час його проведення допоможуть уникнути помилок і непорозумінь, дадуть можливість якісного засвоєння практичних та теоретичних знань й умінь студентами.

Для успішної організації та проведення літніх табірних зборів особливе значення має вдалий підбір місця їх проведення – розташування наметового табору. Воно повинно поєднувати ряд факторів, таких як контрастні ландшафти, біорізноманіття та історико-краєзнавчі пам'ятки даного регіону. Разом з цим, це має бути територія віддалена від населених пунктів, гарним місцем для відпочинку, можливістю купатися, мати чисті джерела питної води, запаси дров для приготування їжі та забезпечувати можливість доставки до табору продуктів харчування.

Перед початком ЛТЗ зі студентами обов'язково проводився інструктаж з правил техніки безпеки. Під час проведення збору на практичних занять такий інструктаж та ознайомлення з правилами поведінки на туристському майданчику проводиться відповідно до виду туризму, з якого відбувається навчання. Все це фіксується в спеціальному журналі. Після закінчення інструктажу всі студенти ставлять власний підпис в журналі про те, що вони ознайомлені з правилами техніки безпеки та правилами поведінки на туристському майданчику й будуть їх дотримуватися під час перебування в наметовому таборі [2, с. 97].

Наметовий табір будує свою роботу на принципах самообслуговування та ініціативи. Студенти в ньому самі собі забезпечують добробут: ставлять намети, заготовляють дрова, готують їжу, миють посуд і т.д. До початку проведення ЛТЗ, для оперативного вирішення поточних питань: організації змагань, оздоровчо-виховної та культурно-масової роботи, створюється оргко-

мітет табору з числа студентів. Обирають відповідального за закупівлю та постачання продуктів харчування, інструктора з фізкультури, організатора культурно-масових заходів, завгоспа по спорядженню. До оргкомітету залучають таких студентів, котрі можуть одночасно виконувати декілька обов'язків.

До початку роботи наметового містечка треба також подбати про підготовку місць для розміщення «польової» кухні, наметів, туалетів, проведення практичних занять та змагань. Щоб уникнути поспішності та непродуманості під час проведення дозвілля в таборі, необхідно заздалегідь продумати та підготувати сценарії масових заходів, вікторин, конкурсів. Для проведення спортивних, туристських змагань – положень та технічних умов (для спортивного туризму). Заздалегідь продумати розпорядок та режим дня, розклад роботи наметового табору на весь період ЛТЗ.

Практичні заняття проводяться відповідно до робочої програми літнього табірного збору з туризму. Деякі структурні елементи даної програми для студентів II курсу навчання приводяться нижче.

Мета літнього табірного збору з туризму. Закріпити на практиці в природних умовах теоретичні й практичні знання та навички, отримані студентами під час вивчення таких навчальних дисциплін як організація туристсько-краєзнавчої діяльності, спортивний туризм, теорія та методика викладання обраного виду спорту та спортивно-педагогічне удосконалення; озброїти студентів знаннями з теорії, практики та методики викладання туризму та туристсько-краєзнавчої роботи, технічними навичками зі спортивного туризму, знаннями по організації суддівства, участі та проведення змагань з техніки спортивного туризму. Головна мета полягає у надбанні необхідних знань, умінь та навичок для самостійної роботи з туризму в школі та позашкільних закладах.

Орієнтовний розпорядок та режим дня

6.00.	Підйом чергових, розпалювання кострищ, приготування сніданку.
7.00.	Підйом у таборі, ранкова зарядка, ранковий туалет, прибирання у наметах.
8.00.	Сніданок.
9.00.	Загальний збір на центральній площадці, лінійка.
9.30.-13.30	Практичні заняття по видам туризму.
13.30	Купання, загорання.
14.00.	Обід.
14.30.-15.30.	Обідній відпочинок.
15.30.-17.30.	Практичні заняття по видам туризму.
17.30.	Купання, загорання.
18.00.	Робота по табору.
18.30.	Вечеря.
19.00.-21.00.	Вечірня розважальна програма (виховний захід чи спортивні змагання).
21.00.	Вечірній чай.
22.00.	«М'який» відбій (бажаючі йдуть спати)
23.00.	Загальний відбій по табору.

Орієнтовний розклад роботи наметового табору

За 2-3 дні до початку табору	Заїзд групи керівників та оргкомітету табору (підготовка території для організації наметового містечка: туалети, вода, розмітка місць проведення занять, підготовка місця для купання та загорання й ін.)
1 день	Приїзд студентів. Розбивання наметового табору, роботи по благоустрою. Вечір знайомства.
2 день	Відкриття табору. Початок циклу практичних занять із видів спортивного туризму (пішохідний, водний, велосипедний).
3 день	Продовження циклу практичних занять із видів спортивного туризму. Культурно-масові заходи чи спортивні змагання.
4 день	Продовження циклу практичних занять із видів спортивного туризму. Культурно-масові заходи чи спортивні змагання.
5 день	Продовження циклу практичних занять із видів спортивного туризму. Культурно-масові заходи чи спортивні змагання.
6 день	Змагання з техніки пішохідного туризму на дистанції «Смуга перешкод»; з техніки велосипедного туризму «Фігурне водіння велосипеда»; з техніки водного туризму на дистанціях «Спринт».
7 день	Екскурсії, відвідування музеїв.
8 день	Подорож вихідного дня.
9 день	Підготовка до трьох денної подорожі. Культурно-масові заходи.
10-12 день	Пішохідна подорож I ступеня складності (3 дня).
13 день	Підведення підсумків подорожі. Закриття табору, нагородження найкращих студентів.
14 день	Прибирання території наметового містечка. Від'їзд із табору.

Тематика і зміст практичних занять на табірному зборі (ІІ курс)

н/п	Тема заняття	Кіл-сть годин
	1 день	
1.	***Обладнання та проходження дистанції на змаганнях із техніки пішохідного туризму «Смуга перешкод»***	2
	Ознайомити з місцем проведення занять, технікою безпеки та правилами поведінки на туристському майданчику під час занять з пішохідного туризму.	
	Повторити способи розпалювання вогнищ, методику встановлення і складання намету.	
	Повторити методику зав'язування туристських вузлів: «прямий», «зустрічний», «грейпвайн», «ткацький», «простий провідник», «шведський провідник», «подвійний провідник», «серединний провідник» «академічний», «брамшкотовий», «стремено», «схоплюючий», «булінь», «удавку» та інші.	
2.	***Обладнання та проходження дистанцій на змаганнях із техніки велосипедного туризму «Фігурне водіння велосипеда»***	2
	Ознайомити з місцем проведення занять, технікою безпеки та правилами поведінки на туристському майданчику під час занять із велосипедного туризму.	
	Обладнати дистанцію «Фігурне водіння велосипеда».	
	Навчити долати перешкоди: створ, змійка, коридор.	
3.	***Обладнання та проходження короткої дистанції на змаганнях із водного туризму «Спринт»***	2
	Ознайомити з місцем проведення занять, технікою безпеки та правилами поведінки на туристському майданчику під час занять з водного туризму.	
	Навчити техніці посадки та висадки, відчалювання та причалювання.	
	Навчити техніці веслування: гребки переміщення вперед (прямі) та назад (зворотні).	
	2 день	
4.	***Обладнання та проходження дистанції на змаганнях із техніки пішохідного туризму «Смуга перешкод»***	2
	Повторити методику одягання, користування страхувальною системою та способи (види) страховки.	
	Методика проходження технічних етапів: підйом по скельній ділянці або схилу; спуск по схилу та траверс схилу (індивідуальне та командне проходження).	
5.	***Обладнання та проходження дистанцій на змаганнях із техніки велосипедного туризму «Фігурне водіння велосипеда»***	2
	Обладнати дистанцію «Фігурне водіння велосипеда». Закріпити техніку долання перешкод: створ, змійка, коридор.	
	Навчити долати перешкоди: колія, коло, вісімка.	
	Проходження дистанції «Фігурне водіння велосипеда» з вивченими перешкодами.	
6	***Обладнання та проходження короткої дистанції на змаганнях з водного туризму «Спринт»***	2
	Закріпити техніку гребків переміщення.	
	Навчити техніці гребків керування: креном в сторону, протилежачу в стороні повороту (даний крен не по правилам, тому допускається лише на спокійній воді !!!); гребками переміщення не рівної сили (слабкіші з того борту, куди потрібно здійснити поворот); гребками переміщення на зовнішній стороні повороту, які виконуються від човна, можна також змінити хват весла, збільшивши його на зовнішній стороні повороту.	
	3 день	
7.	***Обладнання та проходження дистанції на змаганняхі з техніки пішохідного туризму «Смуга перешкод»***	2
	Методика проходження технічних етапів: навісна переправа через річку (через яр) та переправа через річку (через яр) по колоді (індивідуальне та командне проходження).	
	Повторити методику проходження технічних етапів: підйом, спуск, траверс схилу з альпенштоком (індивідуальне та командне проходження).	
	Обладнання та проходження дистанції на змаганнях із техніки пішохідного туризму	
8.	***Обладнання та проходження дистанцій на змаганнях із техніки велосипедного туризму «Фігурне водіння велосипеда»***	2
	Обладнати дистанцію «Фігурне водіння велосипеда». Закріпити техніку долання перешкод: колія, коло, вісімка.	
	Навчити долати перешкоди: ворота, кільце, перенесення предмету.	
	Проходження дистанції «Фігурне водіння велосипеда» з вивченими перешкодами.	
9.	***Обладнання та проходження короткої дистанції на змаганнях з водного туризму «Спринт»***	2
	Закріпити техніку гребків переміщення та керування.	
	Навчити техніці гребків керування: керуючим дугоподібним гребком від носа човна з зовнішньої сторони повороту, а з внутрішньої сторони не гребти; керуючим дугоподібним гребком від носа човна від зовнішньої сторони й таким же гребком від корми з внутрішньої сторони, але зворотнім.	

н/п	Тема заняття	Кіл-сть годин
	4 день	
10.	***Обладнання та проходження дистанції на змаганнях із техніки пішохідного туризму «Смуга перешкод»***	2
	Методика проходження технічних етапів з транспортуванням «потерпілого» (індивідуальне та командне проходження).	
	Обладнання та проходження дистанції на змаганнях з техніки пішохідного туризму.	
11.	***Обладнання та проходження дистанцій на змаганнях із техніки велосипедного туризму «Фігурне водіння велосипеда»***	2
12	***Обладнання та проходження короткої дистанції на змаганнях із водного туризму «Спринт»***	2
	5день Змагання з видів спортивного туризму	
13.	***Змагання з техніки пішохідного туризму на дистанції «Смуга перешкод»***	6
14.	***Змагання з техніки велосипедного туризму на дистанції «Фігурне водіння велосипеда»***	
15.	***Змагання з техніки водного туризму на дистанції «Спринт»***	
Всього		30

Очікувані результати навчання. У результаті вивчення навчальних дисциплін: організація туристсько-краєзнавчої діяльності, спортивний туризм, теорія та методика викладання обраного виду спорту, спортивно-педагогічне удосконалення та проходження походів й літнього табірного збору з туризму, студент повинен оволодіти наступними компетенціями.

Загальні компетентності: здатність навчатись й оволодівати сучасними знаннями; здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; вироблення навиків використання інформаційних та комунікаційних технологій.

Фахові компетентності: здатність формувати в учнів загальні та предметні компетентності, відповідно до вимог стандарту середньої освіти; володіння основами планування та проектування процесу навчання учнів; здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання; здатність до володіння інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, проведення занять з різними групами тих, хто займається; здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності, здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки й вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку; здатність самостійно організовувати та проводити наметові табори, подорожі, змагання, влаштовувати ремонт та догляд за місцями занять, обладнанням та інвентарем».

Передумови для проходження літнього табірного збору з туризму. Для проходження літнього табірного збору з туризму необхідно попереднє засвоєння наступних дисциплін: організація краєзнавчо-туристської діяльності, спортивний туризм, теорія та методика викладання обраного виду спорту (туризм), спортивно-педагогічне удосконалення (туризм).

Критерії оцінювання. Оцінювання знань і вмінь з літнього табірного збору по туризму проводиться у вигляді опитування, рухових тестів з технічної та тактичної підготовки. Позитивна оцінка ставиться студентові, який: повно і обґрунтовано виклав зміст питань, запропонованих для висвітлення; правильно відповів на поставлені питання, склав рухові тести з технічної та тактичної підготовки, допустивши незначні неточності у викладанні фактичного матеріалу та виконанні рухових тестів з технічної та тактичної підготовки.

Висновки і пропозиції. Організація та проведення літніх табірних зборів (ЛТЗ) в природних умовах в наметовому таборі дають широкі можливості для підвищення професійного рівня майбутніх учителів, вдосконалення туристсько-краєзнавчої діяльності, вирішенню проблеми фізичного виховання і охорони здоров'я студентської молоді, а саме:

– студенти загартовують та зміцнюють здоров'я; оволодівають навичками та уміннями з різних видів спортивного туризму; вчаться облаштовувати свій побут у природних умовах, не завдаючи шкоди довкіллю; вивчають історію та сьогодення рідного краю; набувають вмінь та оволодівають психологічними особливостями поведінки в колективі;

– це перевірка отриманих знань під час навчання на практиці та набуття нових фахових навичок для подальшого вдосконалення себе, як майбутніх педагогів; оволодіння управлінськими навиками; широкі можливості для проведення наукових досліджень та написання курсових і дипломних робіт;

– для майбутніх вчителів фізичної культури, керівників гуртків та інших працівників освіти – нові можливості для проведення нестандартних занять, використання нових форм та методів роботи в їх подальшій туристській діяльності.

Проведення навчальними закладами літніх табірних зборів з туризму є оправданим з точки зору комплексного підходу і ефективним щодо використання навчального часу студента, тому заслуговує схвалення та додаткового науково-методичного і матеріально-технічного забезпечення.

Список літератури:

1. Казакова Н.В. Підготовка студентів до літньої педагогічної практики в оздоровчих таборах. Педагогічний дискурс. 2010. Вип. 8. С. 76-80.
2. Куйбіда В.В., Палатний І.А., Троценко Т.Ю. Туристсько-краєзнавча практика студентів. Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» : Збірник наукових праць. Переяслав-Хмельницький, 2011. Вип. 20. С. 96-103.
3. Палатний І.А., Палатна О.М., Лізньова В.І. Особливості організації нових форм туристсько-краєзнавчої роботи при співпраці з різними закладами освіти. Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» : Збірник наукових праць. Переяслав-Хмельницький, 2011. Вип. 20. С. 136-140.
4. Рядинска І.А., Санжаров В.А. Літня педагогічна практика як засіб підготовки майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями (50-70-ті рр. XX ст.). Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2009. № 12 С. 160-162.
5. Титкова Т.В. Настольная книга вожатого в детском оздоровительном лагере. Ростов н/Д.: Феникс, 2003. 320 с.
6. Філоненко О.С. Підготовка майбутніх учителів у вищих педагогічних навчальних закладах України до виховної роботи в літніх дитячих оздоровчих таборах (друга половина XX ст. – початок XXI ст.): автореф. дис. ... канд. пед. наук. Ніжин, 2013. 22 с.
7. Чернишова Г.Ф. Організаційно-педагогічні умови підвищення ефективності літньої педагогічної практики студентів у процесі професійної підготовки студентів. Педагогічні науки : зб. наук. праць. Суми, 2006. Ч. 1. С. 56-64.
8. Шулдик Г.О., Шулдик В.І. Педагогічна практика : навч. посіб. для студ. пед. вузів. Київ, 2000. 143 с.
9. Яковліва О.П. Підвищення професійної майстерності студентів під час практики в літньому оздоровчому таборі. Безперервна педагогічна практика студентів як первинна форма їх професійної практичної підготовки : Збірник доповідей Всеукраїнської науково-методичної конференції. Вінниця, 1999. С. 75-77.

Палатный И.А.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»
Палатная О.Н.
Переяслав-Хмельницкая станция юных туристов

ЛЕТНИЕ ЛАГЕРНЫЕ СБОРЫ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация
В статье рассмотрен опыт работы ДВНЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды» в проведении летних лагерных сборов по туризму. Систематизированы теоретические и практические вопросы подготовки и проведения летних лагерных сборов по туризму будущими учителями физической культуры в вузе. Обобщен опыт практической подготовки будущих учителей для физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с учащимися. Показано направления работы со студентами во время проведения летних лагерных сборов. Освещены организационно-методические особенности палаточного лагеря.

Ключевые слова: летний лагерный сбор, туризм, физическая культура, студенты, палаточный лагерь.

Palatny I.A.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University»
Palatna O.N.
Pereyaslav-Khmelnitsky School of Young Tourist

SUMMER CAMP GATHERINGS AS AN EFFECTIVE MEASURE FOR PREPARING FUTURE TEACHERS OF PHYSICAL CULTURE TO PROFESSIONAL ACTIVITY

Summary
The article shows the experience of the Pereyaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University named after Gregory Skovoroda in the summer tourism camp gatherings. The theoretical and practical issues of preparation and holding of summer tourism camp gatherings by future teachers of physical culture at higher educational institutions are systematized. The experience of practical training of future teachers for physical culture and sports and sports-mass work with students is generalized. Directions of work with students during summer camp gatherings are shown. The organizational-methodical features of the tent camp are highlighted.

Keywords: summer camp gathering, tourism, physical culture, students, tent camp.

УДК 37.016:796-053.6(100)

СУТНІСТЬ ПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ ЗА СПОРТИВНИМ НАПРЯМОМ У ШКОЛАХ ЗАРУБІЖНИХ КРАЇН

Пангелова Н.Є.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
Танєв П.
Міністерство Закордонних Справ Республіки Болгарія

У статті висвітлені дані щодо сутності профільного навчання старшокласників за спортивним напрямком та особливостей його організації у зарубіжних країнах. З'ясовано, що у сучасних умовах реформування національної освітньо-виховної системи у загальноосвітніх навчальних закладах на перше місце виходить проблема профільного навчання у старшій школі, що обумовлено необхідністю врахування відповідних тенденцій, які властиві школам провідних країн світу. Найбільш актуальними напрямками профільного навчання у 10-12 класах визначено: суспільно-гуманітарний, природничо-математичний, технологічний, художньо-естетичний, спортивний. У цьому аспекті великого значення набувають питання теоретико-методичного обґрунтування спортивного напряму професіоналізації школярів за навчальними профілями галузі знань «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини».
Ключові слова: профільне навчання, старша школа, зарубіжний досвід.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій. Потреба в розробці та впровадженні в практику програм профільного виховання обумовлена тим, що в Україні останнім часом чітко визначилась негативна тенденція погіршення здоров'я підростаючого покоління. Ряд відомих вчених [1, с. 17-18; 3, с. 61] наводять дані про те, що 70-80% учнів загальноосвітніх шкіл мають низький рівень розвитку рухових здібностей та певні відхилення в стані здоров'я. Аналіз чинників, що обумовлюють виникнення в учнів різних патологічних станів, свідчить про неефективне фізичне виховання в школі та за місцем проживання, низький рівень знань учнів у галузі фізичної культури й оздоровчих технологій, наявність негативної мотивації до систематичних занять фізичною культурою, відсутність піклування про свій здоровий спосіб життя, що є одним із потужних чинників низької фізичної підготовленості та порушення здоров'я людини.

Аналіз літературних джерел [3, с. 63; 5, с. 63], практика викладання системи фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл України свідчить про те, що сучасна система фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах потребує оновлення як у змістовому, так і в технологічному планах. Застаріли методики викладання предмету «Фізична культура», його матеріальна база, підготовка кадрів, ліміт об'єму годин (2 години на тиждень) не дозволяють серйозно впливати на оздоровлення і соціалізацію учнів.

Зміст програми для основної школи представлено тільки базовими видами спорту, які найчастіше не враховують інтереси дітей, їх бажання займатися сучасними видами фізкультурно-оздоровчої роботи. Дослідження Безверхньої В.Н. [1, с. 33] свідчать про те, що шейпінг, та види аеробіки різної спрямованості, зокрема степ-аеробіка, займають одне з перших місць у виборі дівчат старшого шкільного віку. В якості засобів, що підвищують мотивацію до занять фізичною культурою підлітків багато спеціалістів рекомендують використовувати вправи із сучасних форм фізкультурно-кондиційної спрямованості: ритмічної гімнастики, шейпінгу. У цьому зв'язку особливу зацікавленість викликає зарубіжний досвід профільного навчання старшокласників.

Мета статті – визначити сутність профільного навчання старшокласників за спортивним напрямом та розкрити особливості його організації у зарубіжних країнах.

Виклад основного матеріалу. Профільне навчання – це вид диференційованого навчання який передбачає врахування освітніх потреб, нахилів і здібностей учнів і створення умов для навчання старшокласників відповідно до їхнього професійного самовизначення, що забезпечується за рахунок змін у цілях, змісті, структурі та організації навчального процесу [4, с. 5-6; 6, с. 28].

Мета профільного навчання – забезпечення можливостей для рівного доступу учнівської молоді до здобуття загальноосвітньої профільної та початкової допрофесійної підготовки, неперервної освіти впродовж усього життя, виховання особистості, здатної до самореалізації, професійного зростання й мобільності в умовах реформування сучасного суспільства. Профільне навчання спрямоване на набуття старшокласниками навичок самостійної науково-практичної, дослідницько-пошукової діяльності, розвиток їхніх інтелектуальних, психічних, творчих, моральних, фізичних, соціальних якостей, прагнення до саморозвитку та самоосвіти.

У зв'язку з цим, основними завданнями профільного навчання виступають: створення умов для врахування й розвитку навчально-пізнавальних і професійних інтересів, нахилів, здібностей і потреб учнів старшої школи в процесі їхньої загальноосвітньої підготовки; виховання в учнів любові до праці, забезпечення умов для їхнього життєвого і професійного самовизначення, формування готовності до свідомого вибору і оволодіння майбутньою професією; формування соціальної, комунікативної, інформаційної, технічної,технологічної компетенції учнів на допрофесійному рівні, спрямування молоді щодо майбутньої професійної діяльності; забезпечення наступно-перспективних зв'язків між загальною

© Пангелова Н.Є., Танєв П., 2019

середньою і професійною освітою відповідно до обраного профілю [7, с. 6].

Профільне навчання ґрунтується на таких принципах: фуркації (розподіл учнів за рівнем освітньої підготовки, інтересами, потребами, здібностями і нахилами); варіативності і альтернативності (освітніх програм, технологій навчання і навчально-методичного забезпечення); наступності та неперервності (між до профільною підготовкою і профільним навчанням, професійною підготовкою); гнучкості (змісту і форм організації профільного кавчання, зокрема дистанційного; забезпечення можливості зміни профілю); діагностико-прогностичної реалізованої (виявлення здібностей учнів з метою їх обґрунтованої орієнтації на профіль навчання).

У структурі профільного навчання домінує профіль, який передбачає поглиблене вивчення циклу споріднених предметів: базові, профільні та курси за вибором. Базові (загальноосвітні предмети) є обов'язковими для всіх профілів [7, с. 6]. Профільні загальноосвітні предмети реалізують цілі, завдання і зміст кожного конкретного профілю (суспільно-гуманітарний, природничо-математичний, технологічний, художньо-естетичний, спортивний}. У нашому випадку базовим загальноосвітнім предметом виступає фізична культура, а профільними загальноосвітніми предметами у рамках, наприклад, гімнастичного навчального профілю за спортивним напрямком, виступають фітнес, різні види аеробіки, хореографія, танці, ритміка, спортивна, художня, атлетична та естетична гімнастика [2, с. 5-6].

Профільні предмети вивчаються поглиблено і забезпечують прикладну спрямованість навчання за рахунок інтеграції знань, рухових умінь та навичок, розвитку фізичних якостей, притаманних гімнастичному, легкоатлетичному, ігровому та ін. навчальним профілям, та надають можливість школярам визначити свої схильності для застосування їх у різних сферах діяльності, в тому числі і професійній.

При створенні підґрунтя для профільної загальноосвітньої школи в Україні необхідно звернутись як до наявних власних надбань, так і до прогресивного зарубіжного досвіду. В світі існує багаторічний досвід організації профільного навчання в загальноосвітній школі, яка в Європі має характеристику «старшої школи». Сьогодні в Європі налічується декілька підходів до диференціації та профілізації навчання в старшій школі, а саме: а) різні типи шкіл (Франція, Італія); б) профільне навчання (диференційовані програми) в структурі єдиної школи (Швеція): в) єдиний навчальний план протягом перших років навчання в різних типах старшої школи та поглиблення в профілі протягом останнього періоду (Нідерланди) [4, с. 7-8].

1) *різні типи шкіл* (старша ланка школи – Франція, Італія, Греція).

У цих країнах два рівні середньої освіти забезпечуються різними типами шкіл. На першому рівні (основна школа) учні вчаться за єдиним навчальним планом. До таких типів шкіл належать: гімназія в Греції, коледж у Франції та середня школа в Італії. У старшій школі, яка забезпечує зовнішню диференціацію, учні здобувають освіту різного типу. В Італії існують такі типи шкіл на рівні старшої школи, що охоплюють дітей віком від 14 років: класичний ліцей, гімназія, науковий ліцей, інститут мистецтв, школа для підготовки вчителів початкової ланки та вихователів, технічна та професійна школа.

У Франції старша школа представлена кількома видами ліцеїв, де відбувається диференціація навчання за різними профілями. Це загальноосвітній технологічний ліцей (три роки навчання), який видає три види дипломів (академічний, диплом бакалавра з технологій та диплом техніка). Після 2-го класу загального технологічного ліцею учні продовжують навчання у так званих секціях за вибором: літературна, економічна та соціальна, наукова (загальні секції); у чотирьох технологічних секціях: технології, промислові науки, лабораторні науки та технології; медико-соціальні науки; готельна справа; техніка музики та танцю, спеціальність техніка. Диплом техніка дає можливість отримати роботу з відповідної спеціальності; продовжувати навчання на секціях вищої школи зі спеціальності або у ВНЗ. Інший тип старшої школи – професійний ліцей, розрахований на два роки – перший і випускний класи, дає можливість здобувати освіту за 40 спеціальностями;

2) *профільне навчання* (диференційовані програми) у структурі єдиної школи.

У Данії, Португалії, Фінляндії, Швеції, Ісландії та Норвегії середня освіта не розподіляється на основну школу та старшу. У цих країнах середню освіту надає цілісна структура – єдина школа, всередині якої і відбувається диференціація навчання. У середній школі Данії, наприклад, середня та старша школи працюють в єдиній структурі. На першому та другому роках старшої школи (гімназії) при вивченні базових предметів учні мають можливість обирати предмети за двома предметними лініями – мовною та природничою, дотримуючись основних вимог обраного профілю з певного переліку предметів. Кожного наступного року старшої школи, продовжуючи навчання за профілем, учень повинен вибирати декілька профільних предметів, які є обов'язковими і додаються до базових. Гімназія охоплює дітей віком від 16 до 19 років і дає можливість вступити до університету. В старшій школі Швеції (16-19 років) існує 17 національних програм, 15 з яких є професійно орієнтованими, а 2 – академічно орієнтованими (готують до навчання в університетах).

У США профільне навчання здійснюється на останніх двох або трьох роках старшої школи. Учні можуть вибирати серед трьох варіантів профілів: академічний, загальний і професійний. Варіативність всередині профілів забезпечується за рахунок широкого спектра різноманітних курсів за вибором, які враховують побажання батьків та учнів;

3) *єдиний навчальний план* протягом перших років навчання у різних типах старшої школи та поглиблення в профілі протягом останнього періоду.

У третій групі країн (Німеччина, Австрія, Нідерланди) учні здобувають загальну освіту на рівні основної школи. Окрім того, в перші роки навчання в старшій школі, яка представлена різними типами шкіл, учні навчаються за єдиним

навчальним планом та програмами, і лише на останньому етапі учні можуть вибирати навчання за профілями.

Таким чином, проблема профільного навчання у старшій школі розробляється педагогами різних країн світу: Франції, Швеції, Австрії, Шотландії, США тощо. Вони довели, що важливою умовою досягнення успіху у будь-якій діяльності вважається спеціалізація працівника, яка не тільки сприяє розвитку виробничих сил, науки, культури, але й відповідає різноманітності задатків та розвитку людини. У руслі цієї тенденції диференціація навчання є одним із основних організаційних принципів середньої загальноосвітньої школи зарубіжжя впродовж багатьох десятиліть.

Росія почала також процес запровадження профільного навчання в старшій школі. Пропонується впровадження двох моделей організації профільного навчання: модель внутрішньо шкільної профілізації за одним або кількома профілями та модель мережевої організації, що передбачає консолідацію декількох навчальних закладів та «ресурсним центром». Передбачено також поступове зменшення об'єму базових предметів (інваріанту) на користь варіативної частини навчального плану протягом трьох років старшої школи.

Історичні передумови профільного навчання в Україні беруть початок ще з кінця XIX – початку XX століття, коли у 20-х роках XX століття відбувся розподіл гімназій на класичні й реальні, за гуманітарним, природничим та технічним напрямками. У 30-х роках з'явились професійні та фабрично-заводські школи; у 50-х роках були відкриті спеціалізовані школи та школи професійно-технічної освіти. У 60-80-х роках почали діяти навчально-виробничі комбінати, у 1987 році в школах було введено предмет «Основи виробництва. Вибір професії». У 80-90-х роках відкриваються заклади нового типу, їх діяльність спрямована на підвищення рівня освіти.

У подальші роки продовжується тенденція на підготовку молоді до майбутньої трудової діяльності у рамках професійних шкіл різних типів. На сьогодні профільне навчання або профілізація старшої школи є домінуючим напрямом функціонування школи, у структурі якої виділяється до профільна підготовка у 8-9 класах із метою сприяння вибору ними напряму подальшого профільного навчання.

Висновки. Сьогодні в Україні відбулися певні зрушення щодо створення умов для впровадження засад профільного навчання. Так, профільне навчання спрямоване на здобуття старшокласниками навичок самостійної науково-практичної, дослідницько-пошукової діяльності, розвиток їхніх інтелектуальних, психічних, творчих, моральних, фізичних, соціальних якостей, прагнення до саморозвитку та самоосвіти.

У зв'язку з цим основними завданнями профільного навчання виступають: створення умов для врахування й розвитку навчально-пізнавальних і професійних інтересів, нахилів, здібностей і потреб учнів старшої школи в процесі їхньої загальноосвітньої підготовки; виховання в учнів любові до праці, забезпечення умов для їхнього життєвого І професійного самовизначення, формування готовності до свідомого вибору оволодіння майбутньою професією; формування соціальної, комунікативної, інформаційної, технічної, технологічної компетенції учнів на допрофесійному рівні, спрямування молоді щодо майбутньої професійної діяльності; забезпечення наступно-перспективних зв'язків між загальною середньою і професійною освітою відповідно до обраного профілю. Методологічною основою профільного навчання є особистісно-орієнтована освіта, диференціація та індивідуалізація навчання.

В Україні зроблено спробу розробки профільного навчання за спортивним напрямком.

Список літератури:

1. Безверхня Г.В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-11 класів: автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02 / Г.В. Безверхня. – Умань, 2003. – 22 с.
2. Іванова Л. Особливості профільного навчання з фізичної культури / Л. Іванова // Фізичне виховання в школі. – 2004. – № 1. – С. 5-6.
3. Круцевич Т. Періодизація фізичної підготовки школярів в умовах навчального процесу / Т. Круцевич, А. Нападій, С. Трачук // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. – № 1. – С. 60-68.
4. Збірник курсів за вибором у процесі профільного навчання за спортивним напрямом / Укладачі: Ротерс Т.Т., Ливацький О.В., Драгнєв Ю.В. – Луганськ: СПД Резніков В.С., 2008. – 336 с.
5. Самодрин А. Профільна диференціація – проблема української школи / А. Самодрин // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2001. – № 1. – С. 63-68.
6. Смирнова М.Є. Профілізація старшої школи – напрямок модернізації сучасної освіти / М.Є. Смирнова // Управління школою. – 2004. – № 10. – С. 28-31.
7. Чернер С. Досвід організації варіативного і профільного навчання / С. Чернер // Завуч (Перше вересня). – 2002. – № 16. – С. 5-6.

Пангелова Н.Е.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»
Танев П.
Министерство Зарубежных Дел Республики Болгария

СУЩНОСТЬ ПРОФИЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ СПОРТИВНОГО НАПРАВЛЕНИЯ В ШКОЛАХ ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАН

Аннотация
В статье рассмотрены данные о сущности профильного обучения старшеклассников в спортивном направлении и особенностей его организации в зарубежных странах. Выяснено, что в современных условиях реформирования национальной образовательно-воспитательной системы в общеобразовательных учебных заведениях на первое место выходит проблема профильного обучения в старшей школе, что обусловлено необходимостью учета соответствующих тенденций, которые присущи школам ведущих стран мира. Наиболее актуальными направлениями профильного обучения в 10-12 классах определены: общественно-гуманитарное, естественно-математическое, технологическое, художественно-эстетическое, спортивное. В этом аспекте большое значение приобретают вопросы теоретико-методического обоснования спортивного направления профессионализации школьников по учебным профилям области знаний «Физическое воспитание, спорт и здоровье человека».
Ключевые слова: профильное обучение, старшая школа, зарубежный опыт.

Pangelova N.Yi.
«SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University»
Tanyev P.
Ministry of Foreign Affairs of the Republic of Bulgaria

THE ESSENCE OF PROFILE TRAINING OF SPORTS DIRECTION IN SCHOOLS OF FOREIGN COUNTRIES

Summary
In the article the data about the nature of profile training of senior pupils in the sports area and the features of its organization in foreign countries. It was found that under modern conditions of reforming the national education and educational system in secondary schools in the first place there is the problem of profile training in high school, due to the need to consider the relevant trends that are inherent in the schools of the leading countries of the world. The most relevant areas of Special Education in grades 10-12 are defined: socio-humanitarian, natural-mathematical, technological, artistic, aesthetic, sports. In this respect, great importance attaches to questions of theoretical and methodological justification sports direction professionalization pupils on educational profiles, areas of expertise, «Physical education, sport and health».
Keywords: specialized education, high school, foreign experience.

УДК 37.016:796.011(477)

ПИТАННЯ РЕФОРМУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ

Попрошаєв О.В., Мунтян В.С.
Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого
Білик О.А.
Харківський національний медичний університет

Розглянуто питання реформування системи фізичного виховання студентської молоді у закладах вищої освіти України. Здійснено аналіз нормативно-правових актів Міністерства освіти і науки України, які регулюють організацію фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Визначено місце навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в національній системі освіти у період реформування вітчизняних закладів вищої освіти та інтеграції у європейський освітній простір. Виділено основні завдання, які стоять сьогодні перед закладами вищої освіти і спрямовані на поліпшення рівня здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді серед яких є: модернізація у закладах вищої освіти системи фізичного виховання; посилення відповідальності керівників навчальних закладів за надання відповідних умов для розвитку фізичного виховання; визначення дисципліни «Фізичне виховання» у перелік обов'язкових дисциплін; забезпечення організації та проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів; рейтингового оцінювання занять у секціях за вибором для студентів старших курсів тощо. Підкреслено, що необхідною умовою щодо реалізації проекту «Стратегії розвитку фізичного виховання серед студентської молоді до 2025 року» є внесення змін до структури стандартів вищої освіти, а саме розвитку загальної компетентності, спрямованої на поліпшення здоров'я студентської молоді шляхом використання різних видів та форм рухової активності.
Ключові слова: навчальна дисципліна, фізичне виховання, модернізація, система, освіта, здоров'я.

Постановка проблеми. Навчальна дисципліна «Фізичне виховання», як складова блоку гуманітарних наук, займає особливе місце в національній системі освіті. На цей час вітчизняна система фізичного виховання студентів перебуває у кризі и потребує суттєвих змін. Впровадження болонської системи із переорієнтацією освітнього простору не вирішило проблем у фізичному вихованні, а навпаки, лише їх поглибило, особливо перенесення акцентів з обов'язкових урочних форм занять на факультативні без проведення заліку, в наслідок чого відвідування занять з фізичного виховання значно зменшилось. Сьогодні спостерігається стійка тенденція щодо погіршення стану здоров'я студентської молоді, з кожним роком, збільшується кількість студентів, котрі за займаються у спеціальних медичних групах. Майже 90% молоді мають відхилення у стані здоров'я, а понад 50% – незадовільну фізичну підготовленість. (З проекту «стратегія розвитку фізичного виховання серед студентської молоді до 2025 року»).

«Фізичне виховання» – навчальна дисципліна, що сприяє розвитку фізичних і духовних сил молодої людини, становленню її як особистості. На жаль, після видання Міністерством освіти і науки України протягом 2014-2015 рр. низки наказів та інструктивних листів, у закладах вищої освіти ця дисципліна перестала вважатися обов'язковою, а в деяких – виключається з навчальних планів. З огляду на це представники університетської спільноти неодноразово зверталися до Міністерства освіти і науки України, і пропонували запровадити як обов'язковий елемент навчального процесу секційну роботу з різних видів спорту. Однак на ці звернення не було отримано позитивної відповіді. Тому проблема на цей час відкрита і стоїть дуже гостро.

Аналіз результатів останніх досліджень і публікацій. На теперішній час існує багато публікацій, які висвітлюють питання реформування сучасної вищої освіти України в контексті рішень Болонського процесу та адаптації законодавства України до законодавства Європейського Союзу [1; 2; 4; 6; 10; 11]. Однак практично немає наукових праць, які стосуються питань реформування навчальної дисципліни «Фізичне виховання» з урахуванням реалій сьогодення.

У цьому зв'язку звертають на себе увагу результати досліджень, які висвітлюють питання реформування фізичного виховання та підкреслюють значущість *ролі і функцій кафедр фізичного виховання та збереження їх науково-кадрового потенціалу*, впровадження в навчальний процес інноваційних технологій, відповідності (якісного змісту) варіативних навчальних програм, спрямованих на заохочення студентської молоді, підвищення рівня їх мотивації і інтересу до занять з фізичного виховання [Мунтян, 2014: с. 225].

Проведено аналіз нормативно-правових документів, які регулюють організацію навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в системі вищої освіти України та надані пропозиції щодо удосконалення організації фізичного виховання і масового спорту у ВНЗ України [5; 7]. На даний час стає очевидним необхідність розробки, впровадження та реалізації Державної програми, спрямованої на формування нових ціннісних орієнтацій по оздоровленню нації шляхом пропаганди та забезпечення усіх необхідних умов для залучення студентської молоді до здорового способу життя.

Мета дослідження: на підставі аналізу нормативно-правових актів Міністерства освіти і науки України визначити місце навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в національній системі вищої освіти і напрямки її реформування.

© Попрошаєв О.В., Мунтян В.С., Білик О.А., 2019

Для досягнення мети були поставлені наступні **завдання**:

1. Здійснити аналіз нормативно-правових актів Міністерства освіти і науки України (наказів та інструктивних листів), які регулюють організацію навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти.

2. Визначити місце навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в національній системі освіти у період реформування вітчизняних закладів вищої освіти та інтеграції у загальноєвропейський освітній простір.

Виклад основного матеріалу. Відповідно до ст. 34 Закону України «Про освіту», Міністерства освіти і науки України, як центральний орган виконавчої влади у сфері освіти і науки, забезпечує розвиток фізичного виховання і спорту в усіх закладах освіти на всій території України.

З одного боку, Міністерство освіти у своїх листах декларує підтримку фізичного виховання, прагне до створення передумов для виховання здорової фізично підготовленої молоді, майбутніх захисників Вітчизни та недопущення дискредитації ідеї інтеграції у загальноєвропейський освітній простір. З іншого боку, на практиці зменшується кількість курсів, на яких викладається фізичне виховання і кількість навчальних годин, і на даний час все іде до того, що із статусу нормативної дисципліни «Фізичне виховання» перейде до елективної, що не можна виправдати з точки зору фізичного стану і показників здоров'я студентів, які постійно погіршуються.

Це стало можливим завдяки тому, що Міністерство освіти і науки України не запропонувало зрозумілу державну політику у царині фізичного виховання, яка б була не зведена до декларації про «розуміння» і «важливість», але запропонувала суспільству ефективну стратегію і тактику його забезпечення і вдосконалення.

Наприклад, лист МОН України № 1/9-454 від 25.09.2015 р. «Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах» не вирішує дану проблему та не скасовує роз'яснення та рекомендації до наказу МОН України від 26.01.2015 р. № 47 «Про особливості формування навчальних планів на 2015/2016 навчальний рік», які містяться в додатку до листа МОН України № 1/9-126 від 13.03.2015 р., де зазначено, що «заняття з фізичної культури в спортивних секціях можуть бути організовані як факультативи (тобто за бажанням студентів, до загальної кількості кредитів ЄКТС і до навчальних планів не включаються, форм підсумкового контролю не мають)». У зв'язку з виконанням приписів вищезгаданого Наказу значно зменшилося навчальне навантаження кафедр фізичного виховання та скоротився штат викладачів у 2015 році і ця тенденція продовжується по теперішній час.

До вищевикладеного слід додати, що через це багато в чому втрачають сенс і продовження контрактів з керівником державного закладу вищої освіти, згідно з якими передбачаються запровадження персональної відповідальності за забезпечення, розвиток і модернізацію фізичного виховання студентів, а також підготовка та оприлюднення щорічного звіту про стан фізичного виховання та спорту в навчальному закладі.

Крім того необхідно звернути увагу на те, що відповідно до постанови Кабінету Міністрів України від 09.12.2015 р. № 1045 «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» протягом 2016 р. Міністерством освіти і науки України разом з Міністерством молоді та спорту, Міністерством внутрішніх справ та Міністерством оборони України, іншими органами виконавчої влади були розроблені тести і нормативи для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України, а починаючи з травня 2017 р. щорічно проводиться це оцінювання. У зв'язку зі скороченням фізичного виховання в вишах незрозуміло, яким чином реалізовувати основну ідею даної Постанови та проводити попередню підготовку студентів до тестування. Вважаємо, що зазначений документ та коло його виконавців дає чітке розуміння того, що за сучасних умов має простежуватися тенденція до модернізації системи фізичного виховання у закладах вищої освіти, а також забезпечення належного рівня фізичної підготовленості студентської молоді.

Для того щоб внести ясність у це питання спортивною спільнотою Слобожанщини було направлено колективне звернення до Міністерства освіти і науки України. Відповіддю на це звернення став лист МОН України № 1/11-9585 від 18.07.2016 р. «Щодо фізичного виховання у вищих навчальних закладах». В цьому листі зазначається, що лист МОН України від 13.03.2015 р. № 1/9-126, який майже скасовує обов'язкове викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у ВНС України, має рекомендаційний характер, у той же час Наказ МОН від 11.01.2006 р. № 4 «Про затвердження положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах», діючий у частині, що не суперечить чинному законодавству.

Але є питання відмовлення імперативної сили до цього часу чинного наказу МОН України від 11.01.2006 р. № 4 «Про затвердження положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах», в якому передбачається «включення до навчальних планів з усіх спеціальностей обов'язкових навчальних занять з фізичного виховання протягом усього періоду навчання, за винятком останнього випускного семестру, в обсязі 4 годин на тиждень». Також МОН України потрібно роз'яснити механізм можливого запровадження «Фізичного виховання» як обов'язкової дисципліни закладами вищої освіти на підставі Закону України «Про вищу освіту» та пояснити, як запроваджені Міністерством базові моделі викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти (традиційна, секційна та ін.) й різні форми їх поєднання враховувати в основних видах навчальної роботи й обліковувати відповідно до *норм* навчальної роботи. Відповідне звернення від Ради ректорів Харківської області та спортивної спільноти Слобожанщини було надіслано до міністерства. Відповіддю на це звернення став лист від Департаменту вищої освіти МОН України № 4.5-15-25-89-18 від 10.12.2018 р., в якому було зазначено що функціонування закладів вищої освіти на принципах автономії та самовря-

дування є нормою зафіксованою у статі 32 Закону України «Про вищу освіту». Визначення організаційної структури закладів вищої освіти, доцільності утворення, об'єднання або ліквідації кафедр, а також питання організації освітнього процесу і формування здорового способу життя студентів належить до виключних повноважень органів управляння закладу вищої освіти. Крім того в листі була звернута увага, що *роз'яснення* щодо особливостей формування навчальних планів та організації фізичного виховання у закладах вищої освіти надавалося Міністерству, зокрема, листами від 13.03.2015 № 1/9-126 та від 25.09.2015 № 1/9-454.

Таким чином, департамент вищої освіти МОН України самоусунувся від вирішення цього питання пославшись на ст. 32 Закону України «Про вищу освіту». На наш погляд, проблема здоров'я студентської молоді та її фізичної підготовленості це питання національної безпеки і повинне бути чітко врегульовано законодавчими актами. Необхідно звернути увагу, що на цей час спортивною студентською спілкою України разом з МОН України розроблено «Стратегія розвитку фізичного виховання серед студентської молоді до 2025 року», проект якої вже є на сайті міністерства. У стратегії відображено аналіз сучасного стану розвитку фізичного виховання в Україні та за кордоном, позначені проблеми та недоліки які є на цей час, та визначені напрямки реформування системи фізичного виховання студентської молоді.

Однією із головних проблем відображених в Стратегії є відсутність у проектах стандартів закладів вищої освіти компетентності, яка передбачатиме збереження здоров'я студентської молоді на основі використання різних видів та форм рухової активності. Особливої актуальності означена проблема набуває в умовах модернізації системи вищої освіти в Україні, зорієнтованої на входження у світовий освітній простір, де акцентовано необхідність формувати і розвивати здоров'язберігаючі компетентності студентів, що забезпечує якісно вищій рівень готовності молодої людини до самостійного життя. Тому необхідною умовою, щодо реалізації цього проекту є внесення змін до структури стандартів вищої освіти, а саме розвитку загальної компетентності, яка передбачатиме збереження здоров'я студентської молоді на основі використання різних видів та форм рухової активності [9].

В Стратегії звертається увага, що вирішення проблем сучасної системи фізичного виховання полягає у посиленні ролі оздоровчої рухової активності серед студентської молоді, а саме: пошуку нових стимулів, що мають мотивувати молодь до фізичного самовдосконалення через заняття руховою активністю; залучення студентів до фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності у закладах вищої освіти у поза навчальний час; організацію і проведення спортивних змагань серед студентів та забезпечення участі студентів у відповідних міжнародних спортивних змаганнях.

В розділі III «Мета, стратегічний напрямок та основні завдання Стратегії розвитку фізичного виховання серед студентської молоді», зазначено, що метою Стратегії є формування у молоді культури здорового способу життя, розвитку фізичних здібностей, завдяки збільшенню рухової активності, формування цінностей і компетентностей, необхідних для успішної самореалізації молоді та її дбайливого ставлення до довкілля. Для досягнення мети передбачено вирішення таких основних завдань: модернізація у закладах вищої освіти системи фізичного виховання, яке має бути органічно поєднано з іншими компонентами здорового способу життя та посилення відповідальності керівників навчальних закладів за забезпечення, розвиток і модернізацію фізичного виховання та належний рівень рухової активності; забезпечення організації, підготовки та проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентської молоді та внесення результатів у щорічні звіти ректоратів; формування відповідних умов до оздоровчої рухової активності та здорового способу життя, як найвищої соціальної цінності в державі; визначення дисципліни «Фізичне виховання» у переліки дисциплін, що є обов'язковими до вивчення як такої, що вирішує завдання підготовки молоді до виконання професійних обов'язків; визначення для студентів старших курсів рейтингового оцінювання занять у секціях за вибором, надання кредитів дисципліни «Фізичне виховання»; розроблення стандартів вищої освіти; сприяння утворенню та функціонуванню спортивних клубів та центрів студентського спорту у закладах вищої освіти та ін.

Прийняття МОН України «Стратегії розвитку фізичного виховання серед студентської молоді до 2025 року» дає можливість: по перше, модернізувати освіту в цілому, зокрема сприяти реформуванню та оптимізації навчальних планів, програм та підручників відповідно до оновлених державних стандартів освіти; по-друге, значно збільшує кількість студентської молоді, що займається фізичним вихованням під час практичних та секційних занять, а також удосконалення фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи у закладах вищої освіти.

Враховуючи вищевикладене, слід зазначити, що на сучасному етапі реформування національної системи освіти відповідно до стандартів загальноєвропейського простору, не варто відмовлятися від навчальної дисципліни «Фізичне виховання», відповідних кафедр та науково-кадрового потенціалу, тому що це єдина дисципліна, яка вирішує одночасно освітні, виховні та оздоровчі завдання, а різні структурні підрозділи, які можуть бути створені замість кафедр будуть лише частково вирішувати ці завдання. Крім того, на цей час кафедра фізичного виховання, як структурний підрозділ ЗВО сприяє формуванню компетенцій стосовно організації та проведенню студентами самостійних занять спортивно-оздоровчого характеру, спрямованих на зміцнення власного здоров'я, підвищення рівня функціональних можливостей організму, формування позитивної мотивації та потреби в систематичних заняттях.

Моделі організації навчального процесу з фізичного виховання можуть бути різні: традиційна, секційна, змішана або клубна, але беззаперечно те, що реалізація бажання використовувати рухову активність у повсякденній діяльності

повинно відбуватися на підставі індивідуальних особливостей і потреб кожного студента. Першочергове значення набуває формування у студентів переконання у необхідності регулярного використання різноманітних форм фізичного виховання та масового спорту протягом всього періоду навчання у ЗВО. Зміст і обсяг відповідних занять повинен визначатися на підставі науково обґрунтованих норм для студентської молоді, наявних мотивів і цінностей, з урахуванням характеру рухової активності студента у навчанні та майбутній професійній діяльності.

Висновки і пропозиції. На підставі положень чинного наказу МОН України від 11.01.2006 р. № 4 «Про затвердження положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах» та Закону України «Про вищу освіту» реалізувати механізм впровадження «Фізичного виховання» як обов'язкової дисципліни закладами вищої освіти та обліковувати відповідно до *норм* навчальної роботи.

Визначити, що необхідною умовою щодо реалізації проекту «Стратегії розвитку фізичного виховання серед студентської молоді до 2025 року» є внесення змін до структури стандартів вищої освіти, а саме розвитку загальної компетентності, спрямованої на поліпшення здоров'я студентської молоді шляхом використання різних видів та форм рухової активності.

Вирішення основних завдань модернізації системи фізичного виховання у закладах вищої освіти передбачає: відповідальність керівників навчальних закладів за забезпечення належних умов для фізичного виховання студентів та здорового способу життя, як найвищої соціальної цінності в державі; забезпечення організації, підготовки та проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентської молоді; визначення дисципліни «Фізичне виховання» у перелік *обов'язкових* дисциплін, що вирішує завдання підготовки молоді до професійної діяльності тощо.

Список літератури:

1. Вища освіта України і Болонський процес: Навчальний посібник / За редакцією В.Г. Кременя. – Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2004. – 384 с.
2. Мунтян В.С. Болонський процес і організаційно-методичні проблеми діяльності кафедри фізичного виховання // Школа професійної майстерності – Х.: НЮУ ім. Ярослава Мудрого, 2012. – С. 36-38.
3. Мунтян В.С. Фізичне виховання у контексті положень нового Закону України «Про вищу освіту» / В.С. Мунтян, В.І. Пліско // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – Випуск 118, Том 1. – 2014 р. – С. 222-226.
4. Пліско В.І. Проблеми інтеграційного зв'язку між теорією та практикою / В.І. Пліско, А.Й. Сікура // Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму. – Запоріжжя, 2013. – С. 41-45.
5. Попрошаєв О.В. Нормативно-правові аспекти організації навчальної дисципліни "Фізичне виховання" у вищих навчальних закладах України / О.В. Попрошаєв, С.Г. Зінченко, Д.О. Каратаєва, С.О. Фішев // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХДАДМ (ХХПІ), 2010. – № 9. – С. 134-140.
6. Попрошаєв О.В. Аналіз нормативно-правових документів, які регулюють організацію навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у вищих навчальних закладах України // «Modern European science – 2014». Volume 18. Technical science. Physical culture and sport : Sheffield, Science and education LTD. – S. 50-59.
7. Попрошаєв О.В. Фізичне виховання в контексті інтеграції в загальноєвропейський освітній простір / О.В. Попрошаєв, О.А. Білик, М.В. Островський // Спортивна наука України. – 2015. – № 2. – С. 36-43.
8. Попрошаєв О.В. Визначення місця та ролі навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в національній системі освіти / О.В. Попрошаєв, В.С. Мунтян, М.В. Островський // Спортивна наука України. – 2016. – № 3. – С. 3-8.
9. Попрошаєв О.В. Доповнення стандарту вищої освіти в межах кожної спеціальності загальною компетентністю випускника, яка передбачає навички рухової активності / О.В. Попрошаєв, О.А. Білик // Молодий вчений. – 2018. – № 4.2 (56.2). – С. 69-73.
10. Фініков Т.В. Сучасна вища освіта: світові тенденції і Україна. / Т.В. Фініков – К.: Таксон, 2002. – 176 с.
11. Якименко Ю.І. Якість освіти – головний принцип Болонського процесу / Ю.І. Якименко // Проблеми модернізації освіти України в контексті Болонського процесу. – К.: Вид-во Європ. ун-ту, 2004. – С. 27-29.

Попрошаев А.В., Мунтян В.С.
Национальный юридический университет имени Ярослава Мудрого
Билык О.А.
Харьковский национальный медицинский университет

ВОПРОС РЕФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ» В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ УКРАИНЫ

Аннотация
Рассмотрены вопросы реформирования системы физического воспитания студенческой молодежи в учреждениях высшего образования Украины. Осуществлен анализ нормативно-правовых актов Министерства образования и науки Украины, регулирующих организацию физического воспитания в высших учебных заведениях. Определено место учебной дисциплины «Физическое воспитание» в национальной системе образования в период реформирования отечественных высших учебных заведений и интеграции в европейское образовательное пространство. Выделены основные задачи, которые стоят сегодня перед вузами и направлены на улучшение уровня здоровья и физической подготовленности студенческой молодежи из которых являются: модернизация в учреждениях высшего образования системы физического воспитания; усиление ответственности руководителей учебных заведений за предоставление соответствующих условий для развития физического воспитания; определение дисциплины «Физическое воспитание» в перечень обязательных дисциплин; обеспечение организации и проведения ежегодной оценки физической подготовленности студентов; рейтинговой оценки занятий в секциях по выбору для студентов старших курсов и тому подобное. Подчеркнуто, что необходимым условием по реализации проекта «Стратегии развития физического воспитания среди студенческой молодежи до 2025 года» является внесение изменений в структуру стандартов высшего образования, а именно развития общей компетентности, направленной на улучшение здоровья студенческой молодежи путем использования различных видов и форм двигательной активности.
Ключевые слова: учебная дисциплина, физическое воспитание, модернизация, система, образование, здоровье.

Poproshaiev O.V., Muntian V.S.
Yaroslav Mudryi National Law University
Bilyk O.A.
Kharkiv National Medical University

REFORM ISSUES OF DISCIPLINE OF "PHYSICAL EDUCATION" IN UKRAINE'S HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Summary
The issues of reforming the system of physical education of student youth in institutions of higher education of Ukraine are considered. The analysis of normative legal acts of the Ministry of Education and Science of Ukraine governing the organization of physical education in higher educational institutions is carried out. The place of the discipline "Physical education" in the national education system during the period of the reform of the domestic institutions of higher education and integration into the European educational space has been determined. The main tasks, which today are faced with higher education institutions and aimed at improving the level of health and physical preparedness of student youth among them are: modernization in institutions of higher education of the system of physical education; strengthening the responsibility of the heads of educational institutions for providing appropriate conditions for the development of physical education; determine of the discipline "Physical education" in the list of compulsory disciplines; ensuring organization and conducting annual assessment of physical fitness of students; rating assessment of classes in sections of the choice for senior course students. It was emphasized that the necessary condition for the implementation of the "Strategy for the development of physical education among student youth until 2025" is the introduction of changes in the structure of higher education standards, namely the development of general competence aimed at improving the health of student youth through the use of different types and forms of motor activity
Keywords: academic discipline, physical education, modernization, system, education, health.

УДК 613.71:373.3.018.51

ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ З УЧНЯМИ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ СІЛЬСЬКОЇ ШКОЛИ

Рубан В.Ю.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті розглядаються шляхи удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами в умовах сільської місцевості. Удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи сільської ЗОШ передбачало застосування як традиційних засобів фізичного виховання молодших школярів згідно діючої навчальної програми (способи рухової діяльності), так і елементів інноваційно-оздоровчих технологій (сюжетні, інтегровані уроки, система «Вільне фізичне виховання», технологія комплексного розвитку особистості дитини в процесі фізичного виховання; психогімнастика; елементи туристсько-краєзнавчої діяльності; здоров'яформувальна технологія спортивно-орієнтованого фізичного виховання).
Ключові слова: фізичне здоров'я, здоровий спосіб життя, молодші школярі, сільська школа, оздоровчі технології.

Актуальність та постановка проблеми. У сучасній Україні відбуваються складні політичні і соціально-економічні процеси, які супроводжуються негативними демографічними змінами, погіршенням матеріально-технічного, науково-методичного забезпечення системи фізичного виховання школярів, особливо у сільській місцевості.

У цих умовах підвищення рівня фізичного здоров'я молодого покоління є одним з головних завдань фізичного виховання, яке регламентоване низкою державних документів: Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [13], Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здоров'я нації» [19], Закон України «Про освіту» [12] та ін.

Однак, зараз яскраво проявляється протиріччя між декларативними заявами про необхідність удосконалення системи фізичного виховання (в тому числі – молодших школярів) і практичною діяльністю у цій сфері.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні соціально-економічні умови життя висувають високі умови до рівня фізичного розвитку, працездатності та функціонального стану організму дітей. Особливу значущість набувають питання підбору засобів та методів фізичного виховання, які спрямовані на здобуття максимального оздоровчого ефекту під час занять фізичною культурою у молодшому шкільному віці, що було висвітлено у дослідженнях О.Д. Дубогай [9], Л.В. Волкова [6], Н.В. Москаленко [17; 18] та ін.

Пошуку шляхів підвищення ефективності фізичного виховання дітей і підлітків присвячена значна кількість досліджень. Організаційно-педагогічне та методологічне підґрунтя удосконалення системи фізичного виховання школярів наведено у дослідженнях Б.М. Шияна [26], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін.; вдосконаленню програмно-нормативних основ фізичного виховання присвячені дослідження М.М. Булатової, О.Т. Литвина [5], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін.; обґрунтування змісту програм з фізичної культури у загальноосвітній школі представлено у працях В.М. Єрмолової [10], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін; удосконалення системи контролю фізичного стану школярів у процесі фізичного виховання було предметом досліджень В.В. Білецької [3], Ю.Ю. Борисової [4], М.М. Гончарової [8], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Незважаючи на значну кількість публікацій, присвячених плануванню змісту і засобів фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами, недостатньо дослідженими залишаються такі аспекти даної наукової проблеми:

– нині інноваційний досвід оптимізації системи фізичного виховання молодших школярів не знайшов застосування в умовах сільської школи.

– в останні десятиліття застаріле обладнання та спортивний інвентар, зниження якості викладання шкільної фізичної культури, відтік кваліфікованих вчителів фізичної культури в інші сфери, реструктуризація мережі освітніх закладів сільської місцевості зумовили кризові явища у системі фізичного виховання сільської загальноосвітньої школи.

Мета статті – розробка змісту і засобів фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами в умовах сільської школи.

Виклад основного матеріалу. Концептуальні положення педагогіки й психології свідчать про те, що формування особистості дитини відбувається в процесі її діяльності [16]. Істотним компонентом будь-якого різновиду дитячої діяльності (ігрової, конструктивної, навчальної тощо) є рухи.

Модернізація фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів сільської загальноосвітньої школи вимагає удосконалення змісту організаційних форм занять фізичними вправами згідно особливостей сільського соціуму.

На відміну від попередніх, у новій програмі «Фізична культура» для 1-4 класів загальноосвітніх шкіл, навчальний матеріал розподілений за вправами, об'єднаними за способами рухової діяльності, а не за видами спорту [10].

Як зазначає Т.Ю. Круцевич (2017), основною метою фізичного виховання у молодшій школі є набуття досвіду практичної діяльності в школі рухів, формування стійкої мотивації до здорового способу життя. Автор дає визначення цій новій категорії: «Школа рухів – це система гім-

© Рубан В.Ю., 2019

настичних вправ і правил їх виконання, завдяки яким формується вміння диференційовано керувати рухами в головних ланках рухового апарату і координувати їх у різних поєднаннях. Це система вправ, розрахованих на оволодіння основними способами раціонального використання своїх сил для переміщення у просторі; подолання перешкод та оперування з предметами (м'ячами, гімнастичними палицями), сукупність злагоджених дій при різних способах переміщення у просторі (бігу, ходьби, плавання тощо). Школа оволодіння різноманітними рухами створює базу для опанування техніки у видах спорту, які будуть вивчатись у 5-9 класах» [24, с. 93].

Виокремлені такі способи рухової діяльності: вправи для формування культури рухів з елементами гімнастики; вправи у пересуванні; вправи з м'ячем; стрибкові вправи; ігри для активного відпочинку; вправи для розвитку фізичних якостей; вправи для формування постави і профілактики плоскостопості.

Враховуючи психологічні особливості молодших школярів, програма надає можливість планувати комплексні уроки, залучати до них різнопланові фізичні вправи, що посилюють зацікавленість та сприяють позитивному психоемоційному стану учнів.

Удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів сільської загальноосвітньої школи передбачало застосування не тільки традиційних засобів фізичного виховання, але й елементів інноваційних авторських педагогічних та оздоровчих технологій (рис. 1).

Удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи молодших школярів відбувалось у декількох напрямах, а саме:

· *Впровадження у фізкультурно-оздоровчу роботу авторських, інноваційних технологій і методик.*

У контексті проблематики нашого дослідження особливу зацікавленість викликає запропонована Н.В. Москаленко інноваційна програма фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами, головною відмінною рисою якої є здійснення міжпредметних зв'язків [18].

Автор наголошує, що їх реалізація повинна відбуватися не тільки в системі уроків фізичної культури, але й в процесі проведення всіх форм фізкультурно-оздоровчої роботи. Що стосується інноваційних підходів до проведення урочних форм, то Н.В. Москаленко пропонує застосування *сюжетних, інтегрованих уроків фізичної культури* для вирішення таких завдань [17]:

– формування рухових вмінь і навичок;
– розвиток фізичних здібностей;
– сприяння інтелектуальному розвитку в процесі отримання певної системи знань;
– формування творчих здібностей та емоційної сфери – ігрова ситуація сприяє отриманню задоволення від рухової діяльності;

Рис. 1. Зміст фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів сільської загальноосвітньої школи

– сприяння формуванню індивідуальності молодшого школяра, механізму саморегуляції, самовиховання.

Автор визначила подібні й неподібні ознаки в проведенні традиційного та сюжетного уроку фізичної культури [17]:

Подібні ознаки:

· вирішуються освітні, виховні й оздоровчі завдання;

· структура уроку – підготовча, основна і заключна частини;

· зміст уроку обумовлений програмою з фізичної культури;

· систематичність і тривалість проведення;

· вимоги до сучасного уроку фізичної культури.

Неподібні ознаки:

· вирішуються специфічні завдання – формування пізнавальної та емоційної сфери, когнітивних здібностей, механізмів самореалізації та самовиховання;

· проведення уроків передбачає дотримання специфічних принципів – фасцінації, синкретичності, творчої спрямованості;

· зміна дій вчителя організаційно-методичного характеру з підготовки уроку (інвентар, обладнання, музичний супровід, підбір фізичних вправ повинні відповідати сюжету уроку);

· підвищуються вимоги до естетичного аспекту уроку, виразності рухів, музичного супроводу, мовлення педагога та його вміння створити ігрову ситуацію, незвичайну атмосферу слів, асоціацій, бажань дітей;

· планування уроку передбачає визначення змісту, ходу, методики і організації уроку згідно з темою сюжету, інтересами і мотивацією дітей.

Підготовка до сюжетного уроку фізичної культури починається з визначення теми і мети заняття. Цікаву тематику занять пропонує М.М. Єфименко, автор *системи «Театр фізичного виховання і оздоровлення дітей»* [11], а саме – «Африка, Африка!», «Цирк запалює вогні», «У світі казок і пригод», «У джунглях Амазонки» та ін. Сюжетна лінія може бути запланована на одне або кілька занять. Вибір теми уроку залежить від інтересів і мотивації, рівня розвитку пізнавальних процесів дітей їх фізичної і рухової підготовленості. В аспекті нашого дослідження ця технологія цікава тим, що в процесі тематичних сюжетних уроків можливо не тільки забезпечити дітям максимальне емоційне задоволення, що буде стимулювати їх до рухової активності, збагачувати руховий досвід, але й сприяти особистісному розвитку молодших школярів. Автор системи вважає, що основою кожного уроку має бути ігрове дійство з ненав'язливо вплетеними в нього елементами навчання, розвитку, корекції, оздоровлення, виховання. Кожен урок являє собою ситуаційну міні-гру (СМГ) в якій діти вступають в етап рольової або «наслідувальної» імітації гри, виконуючи роль тварин чи птахів, комах або наслідуючи казкових героїв [25].

Побудова сюжетних уроків базується на специфічних принципах системи «Вільне фізичне виховання, яка була розроблена Л.Д. Глазиріною і В.А. Овсянкіним [7]:

– *Фасцінації (зачарованість)* – спеціально організований вербальний вплив, який передбачає зменшення втрати значущої інформації для сприйняття дітьми, управління процесом занять та досягнення результативності у всіх сферах реалізації оздоровчої, виховної та освітньої роботи. Кожна дитина насолоджується предметом дій, самою дією, діями оточуючих.

– *Синкретичності (з'єднання)* – встановлення у руховій сфері зв'язків, за допомогою яких дитина розуміє об'єктивне значення фізичних вправ. На заняттях здійснюється об'єднання знань про явища природи, про її взаємодію з людиною. Для таких занять характерною є повна відсутність механічної системи виконання рухів і руховий дій, присутня висока емоційність, отримання великого обсягу знань.

– *Творчої спрямованості* – цей принцип полягає у створенні дитиною нових рухів, які засновані на її руховому досвіді і мотиву, який спонукає до творчої діяльності. Виконання таких рухів, вирішення проблемних ситуацій сприяє формуванню мотивації до систематичних занять фізичними вправами, комплексному розвитку особистості молодшого школяра.

Отже, сюжетні уроки фізичної культури здійснюють соціальний вплив (перш за все, це усвідомлення кожного учня себе як особистості), сприяють формуванню морально-вольових якостей (самостійності, активності, наполегливості), розвитку інтелекту молодшого школяра.

Підвищення ефективності оздоровчого аспекту занять фізичними вправами з учнями початкових класів у нашому дослідженні передбачало використання елементів *технології максимального розвитку дитини*, мобілізації її активності й самостійності під час рухової діяльності, яка була розроблена М.О. Руновою [22] і адаптована нами до використання в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи молодших школярів в умовах сільського соціуму.

Автор слушно наголошує на тому, що здоров'я дитини залежить від низки біологічних, екологічних, педагогічних, соціальних чинників. Серед них одне з найважливіших місць посідає рухова активність, тобто природна потреба в русі, задоволення якої є необхідною умовою всебічного розвитку і виховання дитини. В основу розробки раціонального рухового режиму дітей (у тому числі – і молодшого шкільного віку) повинні бути покладені принципи оздоровчої спрямованості, природного стимулювання рухової та інтелектуальної активності, урахування наступності й своєрідності педагогічних впливів у певний віковий період. Важливе місце тут посідає дотримання індивідуально-диференційованого підходу, що дозволяє забезпечити максимальний розвиток кожної дитини, мобілізації її активності та самостійності.

Оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами сприяло також впровадження модифікованих нами до умов сільської ЗОШ елементів технології *комплексного розвитку особистості дитини дошкільного віку* в процесі фізичного виховання, яка була обґрунтована Н.Є. Пангеловою [21].

Авторкою розроблено організаційно-методичне підґрунтя реалізації концепції формування особистості дитини в процесі рухової діяльності в умовах дошкільних навчальних закладів, яке містить: планування змісту і засобів програми поєднаного розвитку рухових, розумових і мо-

ральних якостей особистості дошкільнят у процесі фізичного виховання; методичні основи організації й проведення занять фізичними вправами комплексної спрямованості; зміст і форми взаємодії сім'ї та дошкільного закладу в організації фізкультурно-оздоровчої роботи комплексної виховної спрямованості.

· *Впровадження у фізкультурно-оздоровчу діяльність методик психопрофілактичної роботи.*

Методики психопрофілактичної роботи (казкотерапія, музикотерапія, сміхотерапія та ін.) можна об'єднати у загальну назву – *психогімнастика.* Сутність її полягає у тому, що будь-який рух висловлює якийсь образ фантазії, що насичена емоційним змістом. Тим самим об'єднується діяльність психічних функцій (мислення, емоції, рухи), а за допомогою коментарів ведучою приєднується ще й внутрішня увага дітей до цих процесів. Таким чином, психогімнастичні вправи «запускають» механізм психофізіологічного функційного єднання.

Завдання психогімнастики – збереження психічного здоров'я, запобігання емоційним розладам у молодших школярів через зняття психічного напруження, розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості.

Більшість психогімнастичних завдань побудовані на імітації певних почуттів та емоційних станів людини. Оволодіння виразними рухами, що закріпилися в процесі еволюції за будь-якими відчуттями і станами людини, дає змогу молодшим школярам не тільки більш адекватно спілкуватись, глибше розуміти почуття інших, але і створює умови для формування власної емоційної сфери: виховання емоцій та вищих почуттів. Це зумовлено тим, що вплив психогімнастики на емоційно-особистісну сферу дитини забезпечується цілою низкою як формувальних, так і корекційних механізмів. Як зауважує Є. Алябьєва, складовими психогімнастики є [1]:

– імітаційні вправи;

– вправи вираження уваги та зосередженості;

– ігрові вправи вираження емоційних станів;

– ігрові вправи у вираженні моральних почуттів та окремих рис характеру.

Заслуговує на увагу і такий напрям психопрофілактичної роботи в процесі фізичного виховання, як *евритмічна гімнастика*, основні положення якої були розроблені О. Скворчук [23].

Евритмічна гімнастика – це вид оздоровчо-розвивальної гімнастики, що заснована на ритмічних закономірностях мовлення, музики, загально розвиваючих вправ, базових кроків та елементів аеробіки. Основні завдання, які вирішувались на заняттях евритмічною гімнастикою:

– формування і корекція постави, почуття темпу і ритму, просторової орієнтації і уваги;

– розвиток фізичних здібностей: сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності;

– корекція координації рухів рук (пальчикова гімнастика, включення до загальнорозвиваючих вправ дрібних рухів рук і ніг);

– покращення психічного стану (зниження тривожності та агресії, емоційного і м'язового напруження, вдосконалення уваги, креативного мислення);

– збільшення емоційного досвіду, розвиток навичок взаємодії дітей;

– формування творчості («ритмічне фантазування на задані і довільні теми»), яке створює атмосферу радості і стимулює розвиток креативних здібностей.

Заняття евритмічною гімнастикою включали елементи аеробіки, художньої, спортивної гімнастики і акробатики, а також – ритмічної імпровізації. Музика на заняттях стимулює проявлення фантазії і створює настрій, надає танцювальним рухам темп, силу і динаміку.

· *Впровадження у фізкультурно-оздоровчу роботу елементів туристсько-краєзнавчої діяльності.*

Туристсько-краєзнавча діяльність є важливою складовою навчально-виховного процесу сучасної школи. Вона виконує три основні функції: виховно-розвивальну, освітньо-пізнавальну й оздоровчо-спортивну. Кожний функціональний компонент включає в себе конкретні педагогічні цілі [20].

Мету виховно-розвивальної функції туристсько-краєзнавчої діяльності можна сформувати наступним чином: виховання альтруїстичної життєвої позиції; стійкості до різних життєвих негараздів; виховання позитивних морально-вольових якостей.

Освітньо-пізнавальна функція реалізується в процесі пізнання молодшими школярами природного і соціального середовища. Різновиди маршрутів та районів подорожей (прогулянок) сприяють задоволенню потреб дітей у новизні вражень, пізнанні навколишнього світу. Безпосереднє сприйняття оточуючого середовища в процесі туристсько-краєзнавчої діяльності конкретизує, доповнює й систематизує знання учнів з навчальних дисциплін, дозволяє їм самим встановлювати міжпредметні зв'язки.

Оздоровчо-спортивна функція туристсько-краєзнавчої діяльності спрямована на підвищення рівня фізичного стану молодших школярів. Фізичне навантаження під час прогулянок, походів, екскурсій рівномірно розподілене у часі, його чергування з відпочинком сприяють підвищенню адаптаційних можливостей організму. Перебування у природному середовищі сприяє гартуванню зростаючого організму. Заняття туризмом сприяють формуванню мотивації до ведення здорового способу життя, систематичної рухової активності, а також – оволодінню прикладними уміннями й навичками: орієнтуванню на місцевості, подоланню природних перешкод, організації побуту у природному оточенні. Крім того, в процесі проведення різноманітних форм дитячого туризму відбувається комплексний розвиток фізичних здібностей дітей.

Моделювання різноманітних педагогічних ситуацій сприяло формуванню взаємодопомоги, взаєморозумінню, піклуванню дітей про інших. Для дітей, які не користувалися популярністю у класі, створювали ситуацію успіху, що дозволяло нормалізувати відношення з однолітками.

· *Впровадження елементів здоров'яформувальної технології спортивно-орієнтованого фізичного виховання.*

Засновуючись на передовому досвіді вітчизняної та зарубіжної практики можна відмітити, що одним з найбільш ефективних методів організації занять фізичними вправами молодших школярів є ігровий і спортивно-ігровий (змагальний),

правильна організація яких сприяє удосконаленню набутих рухових вмінь і навичок, підвищенню рівня фізичної підготовленості, оптимізації рухової активності, а також – формуванню мотивації до регулярних занять фізичною культурою і спортом.

Спортивно-ігровий метод організації занять передбачає використання у навчально-виховному процесі різноманітних засобів і методів виконання фізичних вправ, а також – участь дітей у змагальній діяльності.

Змістом занять спортивно-орієнтованого фізичного виховання можуть бути системи вправ, різні способи рухової діяльності.

Елементи спортивно-ігрового методу використовували як в процесі урочних форм занять фізичними вправами, так і в процесі позаурочної фізкультурно-оздоровчої діяльності. Планування роботи з використанням цього методу здійснювалось з врахуванням вікових особливостей молодших школярів.

Висновки і пропозиції. Отже, удосконалення змісту організаційних форм занять фізичними вправами з урахуванням особливостей сільського соціуму дозволить оптимізувати систему фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами.

Список літератури:

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в начальной школе / Е.А. Алябьева. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 215 с.
2. Бехтерев В.М. Избранные труды по психологии личности: в 2-х т. / [под ред. С.Г. Никифорова, Л.А. Коростылевой]. – СПб.: Питер, 1999. – Т. 2 : Личность и условие ее развития и здоровья. – 427 с.
3. Билецкая В.В. Обоснование тестов для оценки уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста : дис. ... канд. наук по физ. восп. и спорту : 24.00.02 / В.В. Билецкая. – К., 2008. – 198 с.
4. Борисова Ю.Ю. Диференційований підхід у фізичному вихованні на основі використання комп'ютерних технологій : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 / Ю.Ю. Борисова. – Дніпропетровськ, 2009. – 263 с.
5. Булатова М.М. Программы по физическому воспитанию в системе среднего образования и пути их совершенствования / М.М. Булатова, А.Т. Литвин / Фіз. вих. студ. творчих спеціальностей : зб. наук. пр. [ред. С.С. Єрмаков]. – Харків: ХХПУ, 2003. – № 14. – С. 57-70.
6. Волков Л.В. Теорія та методика дитячого та юнацького спорту. – Вид. 2-е перероб. і доп. / Л.В. Волков. – К.: Освіта України, 2016. – 464 с.
7. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: [пособие для пед. дошк. учреждений] / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 176 с.
8. Гончарова Н.М. Автоматизовані системи контролю фізичного стану дітей молодшого шкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / Н.М. Гончарова. – К., 2009. – 20 с.
9. Дубогай О.Д. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини / О.Д. Дубогай. – К.: Вид. дім «Шкільний світ», 2006. – 128 с.
10. Єрмолова В.М. Навчаємо граючись : метод. посіб. для вчителів фізичн. культури загальноосвітніх навч. закладів / В.М. Єрмолова, Л.І. Іванова, В.В. Дерев'янко. – К.: Література ЛТД, 2012. – 208 с.
11. Єфіменко М.М. Фізкультурні казки, або Як подарувати дітям радість пізнання руху, осягнення / М.М. Єфіменко. – Х.: Веста; Ранок, 2005. – 64 с. – (Бібліотека вихователя дитячого садка).
12. Закон України «Про освіту» № 1060-XII із змінами від 11 червня 2008 р.
13. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – URL: http://www.rada.gov.ua
14. Круцевич Т.Ю. Управление физическим состоянием детей и подростков в системе физического воспитания : дис. ... докт. наук по физ. восп. и спорту: 24.00.02 / Т.Ю. Круцевич. – К., 2000. – 510 с.
15. Круцевич Т.Ю. Концепція удосконалення програм з фізичної культури у загальноосвітній школі / Т.Ю. Круцевич // Фізичне виховання у сучасній школі. – 2012. – № 2(78). – С. 8-9.
16. Леонтьев А.Н. Деятельность и личность / А.Н. Леонтьев // Психология личности: хрестоматия. – Самара: Изд. дом «Бахрах», 1999. – Т. 2. – С. 165-188.
17. Москаленко Н. Організаційно-методичні аспекти сучасного уроку фізичної культури / Н. Москаленко, О. Алфьоров // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – № 1. – С. 196-201.
18. Москаленко Н.В. Проектування концепції інноваційних програм фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх закладах / Н.В. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – № 2. – 2011. – С. 12-16.
19. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. Указ Президента України від 28 вересня 2004 р. № 1148/2004.
20. Обозний В. Краєзнавство і дитячо-юнацький туризм як основа появи нових видів самодіяльного туризму / В. Обозний // Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти : Зб. наук. праць. – Додаток до Гуманітарного віснику ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хм.: ФОП Домбровська Я.М., 2017. – С. 239-245.
21. Пангелова Н.Є. Теоретико-мотодичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання : дис. ... доктора наук з фіз. вих. та спорту : спец. 24.00.02. – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / Н.Є. Пангелова. – Переяслав-Хмельницький, 2014. – 445 с.
22. Рунова М.А. Формирование оптимальной двигательной активности / М.А. Рунова // Дошкольное воспитание. – 2013. – № 6. – С. 30-38.
23. Скворчук Е. Эвритмическая гимнастика (старшая группа) / Е. Скворчук // Дошкольное воспитание. – 2008. – 5. – С. 16-19.
24. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 т. / [Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич]. – [2-ге вид., переробл. та доп.]. – К.: НУФВС, вид-во «Олімп. л-ра», 2017. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 384 с.
25. Ульянова И.С. Новые инновационные технологи в физическом воспитании школьников / И.С. Ульянова // Молодой ученый. – 2015. – № 10.1. – С. 42-49.
26. Шиян Б. Нова програма фізичного виховання школярів: успіхи та невдачі / Б. Шиян, І. Омельченко // Фізичне виховання в школі. – 2010. – № 2. – С. 5-7.

Рубан В.Ю.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды»

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ

Аннотация
В статье рассматриваются пути совершенствования содержания физкультурно-оздоровительной работы с младшими школьниками в условиях сельской местности. Совершенствование содержания физкультурно-оздоровительной работы сельской ООШ предусматривало применение как традиционных средств физического воспитания младших школьников согласно действующей учебной программы (способы двигательной деятельности), так и элементов инновационно-оздоровительных технологий (сюжетные, интегрированные уроки, система «Свободное физическое воспитание», технология комплексного развития личности ребенка в процессе физического воспитания; психогимнастика; элементы туристско-краеведческой деятельности; здоровьяформувальна технология спортивно-ориентированного физического воспитания).
Ключевые слова: физическое здоровье, здоровый образ жизни, младшие школьники, сельская школа, оздоровительные технологии.

Ruban V.Yu.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

WAYS OF IMPROVING FITNESS WORK WITH PUPILS OF PRIMARY SCHOOL IN THE CONDITIONS OF VILLAGE SCHOOL

Summary
The article considers ways to improve the content of physical culture and health work with junior schoolchildren in conditions of village environment. Improvement of the content of fitness work in the village secondary school involved the use of traditional means of physical education for primary school pupils in accordance with the current curriculum (methods of motor activity), as well as elements of innovative health technologies (plot, integrated lessons, the system of «Free physical education», the technology of complex development of the child's personality in the process of physical education, psycho gymnastics, elements of tourist-local lore activity, health forming technology of sports-oriented physical education).
Keywords: physical health, healthy lifestyle, junior schoolchildren, rural school, health-improving technologies.

УДК 796.81/85:37.047:371.212

ВПЛИВ ЗАСОБІВ СПОРТИВНОЇ БОРОТЬБИ НА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ВЕТЕРИНАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Семенів Б.С., Голубева О.Т., Приставський Т.Г., Бабич А.М., Сопіла Ю.М.
Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького

Фізична культура – невід'ємна частина життя людини. Вона займає досить важливе місце в навчанні та професійній діяльності людей. Аналіз теорії та практики фізичного виховання та профільної фізичної підготовки у закладах вищої освіти України показує, що засоби фізичної культури і спорту розглядаються з точки зору підвищення індивідуального рівня фізичної підготовленості та фізичного розвитку студентів у процесі фізичного виховання. Водночас, раціонально організовані заняття з профільної фізичної підготовки студентів здатні забезпечити не лише високий рівень їх фізичного розвитку та фізичної підготовленості, а й суттєво вплинути на розвиток та вдосконалення їхньої психофізіологічної природи, від рівня розвитку якої залежить готовність до виконання професійних обов'язків майбутніх лікарів ветеринарної медицини.
Ключові слова: фізичне виховання, емоційний стан, психофізіологічні якості, активність, експеримент, профілююча фізична підготовка, студенти.

Постановка проблеми. Заняття фізичними вправами відіграють значну роль у працездатності членів суспільства, саме тому набутті знання, уміння, навички з фізичної культури повинні закладатися в освітніх установах різних рівнів поетапно. У сучасних методичних розробках для закладів вищої освіти, розроблених різними авторами, підкреслюється необхідність включення до них і навчання вправам, схожих за своєю структурою та м'язовими напруженнями до професійних.

Тобто процес фізичного виховання студентської молоді повинен мати профільний характер. Крім того, особливого значення набуває психофізична підготовка студентів у процесі фізичного виховання.

Мислення має особливе значення у навчально-виховному процесі майбутніх лікарів ветеринарної медицини, його розвиток зумовлює розуміння техніки виконання рухових дій, підвищує свідому і активну участь у навчально-виховному процесі. Фізичні вправи вимагають від студентів активного використання всіх видів мислення й тому є ефективним способом розвитку інтелекту. Важливо, щоб фізичні вправи відрізнялися доступністю на початковому етапі вивчення фізичних вправ та тренувальних режимів з поступовим підвищенням складності на наступних етапах у структурі навчання техніки фізичних вправ.

Наукове обґрунтування змісту фізичної підготовки на весь період навчання студентів закладів вищої освіти, які готують майбутніх фахівців ветеринарних спеціальностей полягає у необхідності комплексного підходу з використанням різноманітних форм, засобів і методів, за допомогою яких рівень розвитку професійно важливих якостей студентів до моменту закінчення навчального закладу буде відповідати необхідним параметрам.

Тому пошук нових шляхів підвищення та вдосконалення ефективності занять профілюючою фізичною підготовкою зі студентами закладів вищої освіти являється актуальним. Разом з тим, відзначаючи науковий і практичний інтерес до проблеми фізичної підготовки студентів, можна відмітити, що цей напрям в системі фізичного виховання вимагає подальшого вивчення та вдосконалення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема фізичної підготовки студентів перебуває в центрі уваги вітчизняних і зарубіжних науковців. Протягом останніх років проведено чимало досліджень, присвячених вивченню проблеми зниження рухової активності студентської молоді [6; 7; 8], вдосконаленню змісту фізичного виховання студентів [1; 3; 5]. Ряд авторів наголошують на необхідності використання нових технологій у фізичному виховані студентів для підвищення мотивації до занять фізичною культурою і спортом [10; 11].

Науковцями з фізичного виховання та фізіології фізичних вправ (Л.П. Пилипей, В.А. Романенко, Р.Т. Раєвський, С.І. Присяжнюк, Б.С. Семенів, Г.Г. Лапшина) розроблені та обґрунтовані основні характеристики різних груп професійної діяльності та вимоги до психофізичних якостей робітників, які забезпечують ефективну професійну діяльність разом із основними завданнями робочих програм з профільної фізичної підготовки для підготовки фахівців різних професій [3; 4; 9; 10].

Пошук шляхів підвищення ефективності формування психофізіологічних здібностей є пріоритетним напрямом у системі фізичного виховання. Така увага обумовлена тим, що фізична підготовка є однією з форм підготовки студентів до майбутньої трудової діяльності [1; 3; 6; 11].

Криворучко П.П. та Хміляр О.Ф. вважають, що найвагоміший є вплив засобів фізичної підготовки на розвиток якостей вольової сфери особового складу військовослужбовців, підвищення емоційної та психологічної стійкості [7].

Науковці Гусак О.Д., Романчук С.В. доводять про тісний зв'язок вольових якостей з емоціями, що водночас із вихованням вольових якостей відбувається підвищення здатності воїнів керувати своїми емоціями та протистояти їм [7].

Шандригось В.І. доводить ефективність застосування засобів спортивної боротьби в процесі фізичного виховання учнів. Психофізіологічні механізми координації та побудови рухів відіграють надзвичайно важливу роль у професійному навчанні [12].

Ефективність застосування засобів спортивної боротьби для розвитку силових якостей на заняттях з фізичного виховання доводить Ю.Г. Коджаспиров [2].

© Семенів Б.С., Голубева О.Т., Приставський Т.Г., Бабич А.М., Сопіла Ю.М., 2019

Як стверджує Ж.Г. Дьоміна, спеціально підібрані засоби фізичної культури і спорту для майбутніх викладачів музики які позитивно впливають на розвиток уяви, допомагають відтворювати образи рухових дій та полегшує їх засвоєння. Сприйняття руху відображає у свідомості образи фізичних вправ та окремих положень частин тіла та їх зміни в часі й просторі. Синтез зорових, рухових, вестибулярних, слухових і тактильних відчуттів дозволяє студентові визначити форму, амплітуду, напрям, тривалість, прискорення й характер рухів [1].

Науковцями з фізичного виховання Бабич А.М., Стахів М.М., Ковбан ОЛ. встановлено, що у студентів експериментальних груп, котрі займалися за спеціально розробленою програмою, до кінця експерименту спостерігалось значне зменшення перерв та пауз під час виконання виробничих операцій під час проходження виробничої практики, ніж у студентів контрольних груп, які займаються фізичним вихованням за традиційною методикою [8; 10].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Результати аналізу науково-методичної літератури дозволяють відзначити, що професійна підготовка студентів закладів вищої освіти спрямована перш за все на оволодіння визначеним обсягом теоретичних знань, практичних умінь і навичок, на підтримку необхідного стану здоров'я. Разом з тим, не приділяється достатньої уваги цілеспрямованому формуванню у студентів високого рівня спеціальної професійної працездатності засобами фізичної культури і спорту в навчально-виховному процесі з фізичного виховання, пов'язаного з розвитком психофізіологічних та професійних якостей майбутніх фахівців ветеринарної медицини.

Мета статі. Головною метою цієї роботи є визначення ефективності застосування засобів спортивної боротьби на психоемоційний стан і професійну працездатність студентів під час занять з фізичного виховання.

Для вирішення мети дослідження в роботі були визначенні наступні **завдання**:

1. Дослідити рівень психоемоційного стану після спеціального професійного навантаження студентів факультету ветеринарної медицини.

2. Визначити доступні засоби спортивної боротьби під час занять з фізичного виховання студентів факультету ветеринарної медицини.

3. Дослідити вплив засобів спортивної боротьби, на психоемоційний стан та професійну працездатність студентів ветеринарних спеціальностей.

Методи дослідження:

1. Аналіз та узагальнення науково-методичних літературних джерел.

2. Методика визначення психологічного статусу студентів.

3. Психофізіологічні методики дослідження.

4. Педагогічні методи дослідження.

5. Математичні методи обробки даних наукового дослідження.

Організація дослідження. Дослідження проводились на базі Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького. У дослідженні приймало участь 40 студентів (2 групи – контрольна (КГ), експериментальна (ЕГ), по 20 чол. в групі – 10 чол., 10 жін.) четвертого курсу факультету ветеринарної медицини, а також викладачі кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького.

Виклад основного матеріалу. До та після педагогічного експерименту в студентів експериментальної та контрольної груп реєструвались показники, які віповідають за спеціальну професійну діяльність: зорово-моторна реакція на простий та диференційований подразники,увага, концентрація та переключення уваги; психоемоційний стан за тестом САН (самопочуття, активність, настрій). Рівень фізичної підготовленості визначався за показниками швидкісно-силових характеристик (біг 30 м, та 4 × 30 м), результат стрибка в довжину з місця, згинання розгинання рук в упорі лежачи. Студентам експериментальної групи були запропонуванні комплекси фізичних вправ та тренувальних режимів з програми з вільної та жіночої боротьби, а також боротьби на поясах «Алиш» для груп початкової підготовки. За період педагогічного експерименту у функціональному стані студентів і їх спеціальної працездатності відбулися суттєві, хоча й неоднозначні, зміни. Оцінюючи їх за величиною приросту спеціальних і психомоторних якостей, варто зазначити, що найсуттєвіші зрушення відбулися в студентів експериментальної групи.

Розроблені навчально-тренувальні заняття із застосуванням засобів спортивної боротьби під час фізичного виховання, відповідали ергофізіологічним режимам.

Застосування, засобів спортивної боротьби в процесі фізичного виховання позитивно вплинуло психоемоційний стан студентів експериментальної групи, їх емоційна активність за тестом САН (самопочуття, активність, настрій) зросла на 46,4%.

Навчально-тренувальні заняття з фізичного виховання із застосуванням засобів спортивної боротьби сприяли покращенню зорово-моторної реакції на диференційований подразник на 42,7% з одночасним зменшенням кількості помилкових реакцій на 17,3%, покращились показники, які відповідали за розумову працездатність – увага збільшилась на 43,4%, концентрація та переключення уваги збільшилась на 11,8%, короткочасна зорова пам'ять на 13,5%.

Таблиця 1

Розподіл тренувального навантаження з урахуванням ергофізіологічних режимів у період педагогічного експерименту

№ з/п	Досліджуванні групи (контр., експ.)	Кількість годин в семестр	Моторна щільність заняття, %	Фізіологічний режим ЧСС, уд /хв.
1.	Заняття за програмою МОН України (контрольна група)	60	46,2	130+1,8
2.	Засоби спортивної боротьби (експериментальна група)	60	64,4	143 + 2,3

Таблиця 2

Ергофізіологічна характеристика тренувального заняття (90 хв), із застосуванням засобів спортивної боротьби

Показник	Значення показника		
	у вихідному положенні	під час роботи	у відновлювальний період
1. Ергометричні			
Темп роботи, швидкість		середній	
Загальний час роботи, хв..		58	
Загальний час відпочинку, хв.		32	
Моторна щільність, %		64,4	
1. Фізіологічні ЧСС, уд./хв. Середня пульсова вартість роботи, уд./хв.	82,3	140,8 118,4	110 109,7

Таблиця 3

Зміна активності (од.) студентів факультету ветеринарної медицини за даними тесту САН під впливом тренувальних режимів

Група	К-ть осіб	Початок експеременту		Кінець експеременту		Величина приросту у %
		X±Mx	σ	X±Mx	σ	
Контрольна	20	2,8±0,3	0,1	2,8±0,3	0,1	-
Експеремент.	20	2,8±0,4	0,1	4,1±0,6	0,3	46,4

Таблиця 4

Зміни спеціальної працездатності і функціонального стану студентів за період педагогічного експерименту

Показники	Група	Початок експерименту		Кінець експерименту		Величина приросту, у %
		X±Mx	σ	X±Mx	σ	
Індекс спеціальної працездатності	Контр.	61,3±1,9	8,0	62,1±1,7	7,3	1,3
	Експ.	62,0±2,3	9,0	69,7±1,9	8,1	12,0
Зорово-моторна реакція на диференційований подразник, мс	Контр.	403,3±12,4	47,8	388,3±13,4	52,1	-3,7
	Експ.	412,5±18,5	72,2	341,4±14,0	56,1	-17,3
Кількість помилок при ЗМР диф., од.	Контр.	3,0±0,3	1,2	3,2±0,25	1,1	6,7
	Експ.	2,8±0,4	1,6	1,6±0,1	0,4	42,7
Увага, од.	Контр.	169,5±33,4	83,4	173,5±33,4	81,5	2,35
	Експ.	169,7±31,5	82,8	243,4±31,5	82,7	43,4
Концентрація та переключення уваги, с	Контр.	133,3±5,2	13,8	135,7±5,2	13,2	1,8
	Експ.	138,2±4,2	13,5	154,4±8,7	13,3	11,8
Короткочасна зорова пам'ять	Контр.	4,4±0,43	1,13	4,6±0,4	1,13	4,5
	Експ.	4,3±0,45	1,12	4,9±0,4	1,07	13,5

Таблиця 5

Динаміка фізичної підготовки студентів в період проведення педагогічного експеримент

№ з/п	Види контрольних вправ	Група	Початок експерименту		Кінець експерименту		Величина приросту, у %
			X±Mx	σ	X±Mx	σ	
1.	Біг 30 м, с	К	6,0±1,1	2,5	5,9±1,4	5,8	3,4
		Е	5,9±1,0	3,9	5,0±0,7	2,7	7,5
2.	Стрибки в довжину з місця, см	К	156,8±8,3	32,1	160,0±7,7	29,3	2,04
		Е	160,2±8,1	31,6	174,0±8,1	31,6	8,7
3.	Човниковий біг 4 × 30, с	К	26,8±2,9	11,8	26,6±2,2	8,3	2,5
		Е	26,2±2,9	11,3	25,4±2,1	8,2	8,4
4.	Згинання, розгинання рук, в упорі лежачи кіл. разів	К	11,0±0,9	3,6	12,0±1,6	5,1	14,2
		Е	11,0±1,8	7,0	19,0±2,4	9,4	57,5

У фізичній підготовці студентів відбулися наступні зміни: швидкісно-силові якості – на 7,5 і 8,7%, швидкісна витривалість – на 8,4%.

Найбільший приріст у фізичній підготовці (57,5%) спостерігався в показнику, що визначав силову витривалість (57,5).

Висновки і пропозиції.

1. Таким чином, заняття із застосуванням засобів спортивної боротьби призвели до покращення рівня фізичної підготовленості та позитивно вплинули на психоемоційний стан студентів, який зріс на 46,4%.

2. Оцінюючи такі зміни за величиною приросту показників спеціальних і психомоторних якостей, сприяв покращенню показників у спеціальній працездатності на 12,0%.

3. За результатами проведеного дослідження можна стверджувати, що вплив засобів спортивної боротьби на формування професійних якостей майбутніх фахівців ветеринарної медицини має достатню ефективність, та може використовуватись в навчальному процесі.

Наступним етапом буде дослідження впливу фізичних навантажень різної потужності на спеціальнупрофесійну працездатність та психоемоційний стан студентів ветеринарних спеціальностей в процесі фізичного виховання.

Список літератури:

1. Дьоміна Ж.Г. Методика навчання вправ координаційної спрямованості майбутніх учителів музики у процесі фізичного виховання: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02 / Жанна Геннадіївна Дьоміна. – К., 2010. – 242 с.
2. Коджаспиров Ю.Г. Развитие силы средствами единоборств / Ю.Г. Коджаспиров // Физическая культура в школе. – 2006. – № 7. – С 46-50.
3. Пилипей Л.П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів [Текст]: монографія / Л.П. Пилипей. – Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. – 312 с.
4. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: навч. посібник / С.І. Присяжнюк. – К.: Центр учебной литературы, 2008. – 504 с.
5. Приставський Т.Г. Самостійні заняття студентів фізичною культурою у ВНЗ : навч. посіб / Т.Г. Приставський, О.Л. Ковбан, А.М. Бабич, С.П. Незгода. – Львів, 2018. – 120 с.
6. Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей человека / В.А. Романенко. – Донецк: ДНУ, 2005. – 72 с.
7. Романчук С.В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів сухопутних військ Збройних сил України: Монографія / С.В. Романчук. – Львів: АСВ, 2012. – 367 с.
8. Семенів Б.С. Теоретико-методичні рекомендації з профільної фізичної підготовки студентів харчових технологій: навч. посібн. / Б.С. Семенів, А.М. Бабич, І.Д. Якимишин, О.Т. Голубева. – Львів, 2018. – 72 с.
9. Семенів Б.С. Професійно-орієнтована фізична підготовка студентів : навч.-метод. посібн. / Б.С. Семенів, Г.Г. Лапшина. – Львів, 2012. – 144 с.
10. Семенів Б.С. Профілююча фізична підготовка студентів: навч. посібн. / Б.С. Семенів, І.Д. Якимишин, М.М. Стахів. – Львів, 2016. – 138 с.
11. Фізичне виховання: навчальний посібник / С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, М.О. Третьяков, Р.Т. Раєвський, В.Й. Кійко, Ф.В. Панченко. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 192 с.
12. Шандригось В.І. Рухливі ігри з елементами єдиноборств. Методичні рекомендації. – Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2006. – 44 с.
13. Hopper C. Physical activity and nutrition for health / C. Hopper, B. Fisher, K.D. Munoz. – Champaign: Human Kinetics, 2008. – 374 p. + CD. – (World of wellness health education series).
14. Hardman K. Contemporari issues in phisical education / K. Hardman, K. Green. – Mayer & Mayer Verlag, 2011. – 300 p.
15. Visek A.J. Athletic identity and aggressiveness: A cross-cultural analysis of the athletic identity maintenance model / A.J. Visek, J.C. Watson, J.R. Hurst, J.P. Maxwell, B.S. Harris // International Journal of Sport and Exercise Psychology. 2010, vol. 8(2), pp. 99-116. doi:10.1080/1612 197X.2010.9671936

Сэмэнив Б.С., Голубева О.Т., Приставский Т.Г., Бабыч А.М., Сопила Ю.М.
Львовский национальный университет ветеринарной медицины и биотехнологий имени С.З. Ґжицкого

ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ ВЕТЕРИНАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Аннотация
Физическая культура – неотъемлемая часть жизни человека. Она занимает достаточно важное место в учебе и профессиональной деятельности людей. Анализ теории и практики физического воспитания и профильной физической подготовки в учреждениях высшего образования Украины показывает, что средства физической культуры и спорта рассматриваются с точки зрения повышения индивидуального уровня физической подготовленности и физического развития студентов в процессе физического воспитания. В то же время рационально организованы занятия по профильной физической подготовки студентов способны обеспечить не только высокий уровень их физического развития и физической подготовленности, но и существенно повлиять на развитие и совершенствование их психофизиологической природы, от уровня развития которой зависит готовность к выполнению профессиональных обязанностей будущих врачей ветеринарной медицины.

Ключевые слова: физическое воспитание, эмоциональное состояние, психофизиологические качества, активность, опыт, профилирующая физическая подготовка, студенты.

Semeniv B.S., Golubeva O.T., Prystavskyi T.G., Babych A.M., Sopila J.M.
Stepan Gzhytskyi National University of Veterinary Medicine and Biotechnologies Lviv

INFLUENCE OF SPORTS STRUGGLE ON FORMATION OF PROFESSIONAL QUALITIES OF STUDENTS OF VETERINARY SPECIALTIES

Summary
Physical culture is an integral part of human life. It occupies a very important place in the training and professional activities of people. Analysis of the theory and practice of physical education and profile physical training in institutions of higher education of Ukraine shows that the means of physical culture and sports are considered in terms of increasing the individual level of physical fitness and physical development of students in the process of physical education. At the same time, rationally organized classes on profile physical training of students can provide not only a high level of their physical development and physical preparedness, but also significantly affect the development and improvement of their psychophysiological nature, the level of development of which depends on the readiness for the professional duties of future veterinarians medicine.
Keywords: physical education, emotional state, psychophysiological qualities, activity, experiment, profile physical training, students.

УДК 796.012.5:796.5-055.15

ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ І ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ЮНАКІВ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ДО ПІШОХІДНИХ ПОХОДІВ

Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О.
Запорізький національний університет

У статті подано результати дослідження впливу секційних занять з туризму на показники фізичної та функціональної підготовленості юнаків. Отримана інформація надає вчителю дані про належну підготовку юнаків до участі у пішохідних походах. Встановлено, що у юнаків експериментальної групи показники фізичної підготовленості на кінець дослідження мали більш суттєве поліпшення в порівнянні з контрольною групою. Відмічена та зафіксована статистично вірогідна динаміка у функціональних показниках дихання. Після дослідження реакція дихальної системи юнаків на фізичне навантаження за пробою Сєркіна відповідала значенням здорових, тренованих учнів. Показник Гарвардського степ-тесту у юнаків експериментальної групи відповідав середньому рівню.
Ключові слова: фізична підготовленість, функціональні можливості, туристська підготовка, пішохідні походи, юнаки.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Туризм є невід'ємною складовою загальнодержавної системи фізичної культури та спорту і спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини через залучення її до участі у спортивних походах різної складності та змаганнях з техніки спортивного туризму [1, с. 6].

Туристичні походи представляють одну із форм фізичної культури, що вимагає певної загальної фізичної та спеціальної підготовки учасників походу, що забезпечують їх роботоздатність [2, с. 27].

Ступень успішності і безпеки спортивних туристських заходів базується на всебічній підготовленості їх учасників. Вони повинні під час туристичного походу володіти фізичною, морально-вольовою та техніко-тактичною підготовленістю, що дозволяє їм долати значні відстані протягом тривалого часу із значними фізичними навантаженнями, що варіює відповідно до складності рельєфу, темпу руху, метеорологічних умов, ваги рюкзака.

В умовах туристських походів особливо важливу роль відіграє висока адаптивна здатність організму, що заснована на його реактивності і лабільності функціональних систем [3, с. 14; 4, с. 7].

У процесі тренування загальна фізична підготовка передбачає розвиток необхідних для занять активним туризмом фізичних якостей: загальної витривалості, сили, гнучкості, швидкості рухів, спритності. При цьому розвиток загальної витривалості має в туризмі першорядне значення. Тренування загальної витривалості, зокрема, збільшує показник аеробної енергетичної продуктивності організму туриста і дозволяє без над зусиль і граничного напруження функціональних систем організму виконати необхідну роботу на маршруті. Тому запас міцності і особиста безпека туриста значною мірою залежить від його фізичної і функціональної підготовки. Постійна фізична підготовка, яка складає основний зміст

© Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О., 2019

тренування і в той же час нерозривно пов'язана з підвищенням загального рівня функціональних можливостей організму [5, с. 29].

Управління підготовкою до туристських походів буде ефектним тільки в тому випадку, якщо вчитель систематично буде одержувати інформацію про стан учнів і їх роботоздатність під час тренування про рівень фізичних і функціональних можливостей [6, с. 149].

Мета статті – обґрунтувати і перевірити готовність юнаків 15-16 років до участі у багатоденних пішохідних походах на основі аналізу розвитку їх рухових здібностей та функціональних можливостей.

Досягнення поставленої мети здійснювалося шляхом вирішення основних завдань дослідження: 1. Визначити показники розвитку рухових якостей у юнаків віком 15-16 років експериментальної і контрольної групи на початку та в кінці педагогічного експерименту. 2. Визначити функціональні можливості за показниками дихальної та серцево-судинної системи організму юнаків експериментальної та контрольної груп за період експерименту. 3. З'ясувати за показниками фізичної підготовленості і функціональних можливостей готовність юнаків до участі у пішохідних походах.

Для реалізації мети та вирішення визначених завдань використовувалися такі методи дослідження: 1. Узагальнення даних науково-методичної літератури з теми дослідження, яке показало, що однією із важливіших сфер діяльності людини у справі організації активного відпочинку, формування фізичного здоров'я і відновлення організму є туризм. 2. Рівень розвитку фізичних здібностей юних туристів оцінювали за наступними тестами: підтягування на перекладині у висі, кількість разів; присідання на одній нозі, кількість разів; нахил тулуба вперед із в. п. сидячи, см; шестихвилинний біг, м; біг 30 м, с. 3. Функціональні можливості дихальної та серцево-судинної системи організму визначали за показниками: життєвої ємності легень (ЖЄЛ) – визначали за допомогою сухого спірометра, в мл; за допомогою проб із довільною затримкою дихання на вдиху (проба Штанге), видиху (проба Генчі) визначали здатність юнаків керувати диханням. 4. Для визначення реакції дихальної системи на фізичне навантаження застосували пробу Сєркіна. 5. Стан серцево-судинної системи і роботоздатність організму юнаків визначали за допомогою індексу Гарвардського степ-тесту (ІГСТ) (шагова проба). 6. Стандартні методи математичної статистики.

Дослідження проводилося в загальноосвітній школі впродовж навчального року. В обстежені брали участь 25 юнаків віком 15-16 років, які були розподілені на експериментальну групу (12 юнаків) і контрольну групу (13 юнаків). Усі юнаки були практично здорові і відносилися до основної медичної групи.

Основу туристської підготовки юнаків експериментальної групи до участі у походах становили: засоби підготовчої частини: стройові вправи; спеціальні вправи для піднесення загального емоційного стану – прискорена ходьба, легкий біг, вправи типу зарядки і розминки; рухливі ігри; застосовували також вправи для загального розвитку і спеціальні вправи – для окремих груп м'язів (зі снарядами, без них); дихальні вправи, корегуючи вправи (стоячи, лежачи, сидячи).

В основній частині використовували такі засоби: подолання різних перешкод, спеціальні вправи на перекладині, коні, гімнастичній стінці, стрибки, метання, виконання різних видів фізичних вправ – для розвитку витривалості, сили, швидкісно-силових та складно координованих вправ; перетягування каната, рухливі ігри, естафети. Заключна частина – включені вправи, що заспокоюють урізноманітнюють заняття: повільна ходьба, дихальні вправи, спеціальні вправи на розслаблення та вправи для вироблення правильної постави.

Контрольна група юнаків займалась за традиційною програмою підготовки.

В процесі проведення експерименту юнаки експериментальної та контрольної групи були тричі протестовані після кожних двох місяців (в кінці листопада, в кінці січня і в кінці березня) за показниками функціональних проб дихальної системи (життєвої ємності легенів, проба Штанге (ЗД на вдиху); проба Генчі (ЗД на видиху).

Виклад основного матеріалу. Аналіз отриманих показників розвитку рухових якостей за період педагогічного експерименту показав, що відбулися спрямовані зміни у юнаків експериментальної та контрольної групи. Порівняння результатів, отриманих до та після експерименту у юнаків експериментальної групі вказувало, що відзначилось більш – менш виразне поліпшення в кінці експерименту. Показники фізичної підготовленості у юнаків експериментальної групи мали тенденцію до збільшення результатів у підтягуванні у висі, присіданні на одній нозі та нахилі тулуба вперед.

Так, показник у підтягуванні у висі до експерименту становив 8,4±1,0 разів, після – 11,3±1,5 разів; у присіданні на одній нозі становив – 8,4±0,99 разів, після – 9,87±0,98 і у нахилі тулуба вперед відповідно – 10,22±1,02 см та 12,22±1,10 см.

Статистично достовірно вищими в експериментальній групі юнаків були показники при виконанні шестихвилинного бігу та бігу на 30 м.

Аналіз динаміки розвитку рухових здібностей юнаків контрольної групи показав, що в показниках сили (підтягування на перекладині у висі і присіданні на одній нозі) не було виявлено статистично достовірних розрізнень в кінці експерименту в порівнянні з початком. У тестах на витривалість (шестихвилинний біг) та швидкості (біг на 30 м) відзначалось статистично вірогідне покращення результатів у контрольній групі в кінці експерименту (табл. 1).

Характерною особливістю були прирости в показниках у юнаків експериментальної та контрольної групи. Порівняння результатів, отриманих в групах юнаків, вказує на більші прирости в показниках юнаків експериментальної групи.

Найбільший приріст в експериментальній групі встановлено в показниках підтягування у висі – 34,5%, нахилі тулуба – 19,6%, присіданні на одній нозі – 17,5% та шестихвилинного бігу – 13,1% (табл. 1). У контрольній групі юнаків прирости в показниках рухових здібностей коливаються в межах від 2,08 до 12,8%, за винятком показника гнучкості, він становив – 20,9% (табл. 1).

Середній відсотковий приріст показників фізичної підготовленості експериментальної групи юнаків становив 18,2%, а в контрольній групі – 10,6%. Сумарний відсотковий приріст показників фізичної підготовленості в експериментальній групі склав – 90,82%, а в контрольній групі – 53,01%.

Таблиця 1

Динаміка розвитку рухових здібностей юнаків експериментальної та контрольної групи протягом експерименту (M±m,t,%)

Контрольні тести	Експериментальна група		t	%	Контрольна група		t	%
	До	Після			До	Після		
Підтягування на перекладині у висі, разів	8,4±1,0	11,3±1,5	1,6	34,5	9,6±1,2	9,8±18	0,1	2,1
Присідання на одній нозі, разів	8,4±0,99	9,87±0,98	1,1	17,5	7,0±0,58	7,9±0,80	0,9	12,8
Нахил тулуба вперед із в.п. сидячи, см	10,22±1,02	12,22±1,10	1,3	19,6	9,28±1,25	11,2±1,15	1,2	20,7
Шестихвилинний біг, м	1205,5±32,0	1363,3±21,0*	4,1	13,1	1122,2±11,0	1246,6±21,0*	5,3	11,1
Біг 30 м з високого старту, с	5,22±0,08	4,9±0,05*	3,6	-6,1	5,37±0,08	5,04±0,09*	2,8	-6,1

Примітка: */ статистично вірогідні розрізнення

Таким чином, аналіз показників фізичної підготовленості доводить про можливість підвищення рівня рухових здібностей юнаків експериментальної групи з метою підготовки до участі у пішохідних походів.

Аналіз показників діяльності дихальної системи юнаків протягом експерименту показав, що під впливом секційних занять туризмом в експериментальній групі відмічена та зафіксована статистично вірогідна динаміка зміни у функціональних показниках таких як: життєва ємність легенів (ЖЄЛ), затримка дихання на вдиху (проба Штанге) та затримка дихання на видиху (проба Генчі).

При аналізі динаміки показників життєвої ємності легенів, яка відображає потенціальні і функціональні можливості апарату зовнішнього дихання в експериментальній групі юнаків було виявлено, що життєва ємність легенів вірогідно зростала від початку до кінця дослідження, протягом листопада, січня та березня місяців.

Так, показники ЖЄЛ на початку становили 3873,3±5,9 мл, в кінці листопада – 3890,6±5,8 мл, в кінці січня – 3971,3±6,1 мл і в кінці березня – 4062,6±6,0 мл (t = 2,09; t = 9,6; t = 10,7). Показник ЖЄЛ в кінці експерименту в експериментальній групі збільшився на 189 мл у порівнянні з початком.

Зміни в показниках юнаків експериментальної групи спостерігалися і при довільної затримки дихання на вдиху (проба Штанге) і при затримки дихання на видиху (проба Генчі). При виконанні затримки дихання на вдиху між показниками спостерігалась лише тенденція до збільшення часу затримки дихання. Так, на початку ЗД на вдиху становила – 45,4±0,8 с, в листопаді – 47,3±0,78 с, січні – 49,6±1,23 с і березні – 53,0±1,2 с.

В експериментальній групі юнаків найбільший вірогідний (t = 4,29) приріст був зареєстрований в показниках затримки дихання на вдиху (проба Штанге) в кінці дослідження (16,7%) в порівнянні з початком експерименту, що склав 7,6 с (табл. 2).

В експериментальній групі юнаків підвищувались і показники затримки дихання на видиху (проба Генчі), що характеризує стійкість організму юнаків до кисневого голодування.

Статистично вірогідні відмінності були виявлені в показниках ЗД на видиху в кінці листопада та в кінці березня місяців (t = 2,75 і t = 3,13).

В кінці дослідження показник затримки дихання на видиху становив 43,1±1,2 с, та збільшився на 8,4 с, це становило – 24,2% у порівнянні з початком експерименту (табл. 2).

При аналізі динаміки зміни у показниках дихальної системи юнаків контрольної групи було виявлено, що вірогідно зростали показники ЖЄЛ від початку до кінця експерименту (t = 4,24; t = 7,65; t = 11,7). Показник ЖЄЛ в кінці експерименту у юнаків контрольної групи збільшився на 149,4 мл у порівнянні з початком і становив – 3,87% (табл. 2).

Показники довільної затримки дихання на вдиху (проба Штанге) і затримки дихання на видиху (проба Генчі) у юнаків контрольної групи упродовж експерименту підвищувались, але статистично вірогідні розрізнення були тільки у виконанні проби Генчі (t = 2,25) в кінці листопаду.

Статистично вірогідний приріст у показниках дихальної системи юнаків контрольної групи був отриманий в кінці експерименту в порівнянні з початком . Приріст ЗД на вдиху склав – 7,14%, на видиху – 13,1% (табл. 2).

За отриманими результатами показників (ЖЄЛ, проби Штанге та проби Генчі) дихальної

Таблиця 2

Приріст показників дихальної системи у юнаків 15-16 років експериментальної і контрольної групи за період експерименту

Функціональні показники	Експериментальна група		Контрольна група	
	Абсолютний приріст	Відносний приріст (%)	Абсолютний приріст	Відносний приріст (%)
1. Життєва ємність легенів (ЖЄЛ), в мл	189,3 мл	4,89*	149,4 мл	3,87*
2. Затримка дихання на вдиху (Проба Штанге), с	7,6 с	16,74*	3,3 с	7,14*
3. Затримка дихання на видиху (Проба Генчі), с	8,4 с	24,2*	4,5 с	13,1*

Примітка: */ статистично вірогідний приріст в порівнянні с початком експерименту

системи юнаків експериментальної групи, можна констатувати більш помітне поліпшення показників функціонального стану дихальної системи в порівнянні з юнаками контрольної групи і стверджувати про більш суттєву підготовку юнаків експериментальної групи до участі у пішохідних походах.

Дослідження також було спрямоване на вивчення реакції дихальної та серцево-судинної системи на фізичне навантаження (проба Сєркіна та індекс Гарвардського степ-теста) юнаків експериментальної і контрольної групи.

Реакцію дихальної системи юнаків обох груп з'ясовували за функціональною пробою Сєркіна (це затримка дихання на вдиху (ЗД вдиху) до навантаження, після навантаження та після відпочинку протягом 1 хвилини) (табл. 3).

Середні значення функціональної проби Сєркіна із затримкою дихання (ЗД) у юнаків експериментальної і контрольної групи на початку дослідження відповідали середнім показникам проби, які характерні для здорових, нетренованих учнів за всіма показниками частин проби.

Після експерименту реакція дихальної системи у юнаків експериментальної і контрольної групи на пробу Серкіна змінилась і найбільш суттєво в експериментальній групі.

Так, в кінці дослідження відбулося вірогідне збільшення часу затримки дихання у юнаків експериментальної групи до виконання фізичного навантаження (перша частина проби) (табл. 3).

В контрольній групі після експерименту показники затримки дихання на вдиху (ЗД) за пробою Сєркіна підвищились, але вірогідних відмінностей в показниках до і після експерименту не було (табл. 3).

Характер реакції дихальної системи за пробою Сєркіна (із затримкою дихання) більш позитивний був у юнаків експериментальної групи в кінці дослідження і відповідали значенням для здорових і тренованих учнів.

У юнаків контрольної групи показники ЗД дихання в кінці дослідження залишались майже на тому ж рівні, середні значення за всіма частинами проби Сєркіна відповідали рівню характерному для здорових, нетренованих учнів.

Оцінка функціонального стану за показниками ЧСС індексу Гарвардського степ-тесту, відповідала нижче середньому рівню і становила – 58,06±1,55 умовних одиниць (табл. 3).

Оцінка функціонального стану за індексом Гарвардського стен-тесту у юнаків контрольної групи відповідала нижче середньому рівню.

В кінці дослідження в показниках Гарвардського стен-тесту у юнаків експериментальної групи прослідковувались позитивні зміни в порівнянні з показниками юнаків контрольної групи.

Оцінка функціонального стану серцево-судинної системи за Гарвардським стен-тестом в кінці дослідження у юнаків експериментальної групи змінилась і відповідала середньому, в контрольній групі юнаків вона залишалась в межах нижче середнього рівня (табл. 3).

Відсотковий приріст показника індексу Гарвардського стен-тесту (ІГСТ) в експериментальній групі вірогідно збільшився (t = 2,67) на 11,95%, а в контрольній групі теж підвищився, але не вірогідно (t = 1,71) на 5,9% і залишався на нижче середньому рівні (табл. 3).

Таким чином, результати, одержані на початку та в кінці дослідження, свідчать про більш позитивний вплив секційних занять туризмом на показники фізичної підготовленості, функціональні показники дихальної і серцево-судинної системи, рівень роботоздатності юнаків експериментальної групи і доводять про належну підготовку юнаків до участі у пішохідних туристських походах.

Висновки і пропозиції. Результати проведеного дослідження свідчать про позитивний вплив секційних занять з туризму на показники фізичної та функціональної підготовленості юнаків експериментальної групи і дають інформацію вчителю про належну підготовку юнаків до участі у пішохідних походах. Встановлено, що у юнаків експериментальної групи показники фізич-

Таблиця 3

Реакція дихальної та серцево-судинної системи на фізичне навантаження юнаків 15-16 років експериментальної та контрольної групи протягом експерименту (M±m,t)

Функціональна проба	Експериментальна група		t	Контрольна група		t
	До	Після		До	Після	
I. Проба Сєркіна:						
1 частина – ЗД на вдиху до навантаження, с	45,0±1,5	53,0±1,8*	3,42	43,0±1,6	45,0±1,6	
2 частина – ЗД на вдиху після навантаження, с	19,0±1,9	30,0±1,4*	4,66	25,0±1,7	27,0±1,5	0,88
3 частина – ЗД на вдиху після відпочинку протягом 1 хв, с	43,0±1,8	58,6±1,3*	7,02	43,0±1,6	45,0±1,4	0,94
II. Гарвардський степ-тест (ГСТ), шагова проба, ум.од.						
1. ЧСС1- від 30 до 60 с, разів	60,0±1,6	51,5±1,4*	3,9	57,7±1,8	53,0±1,3	2,12
2. ЧСС2- від 120 до 150 с, разів	50,44±2,4	46,2±1,9	1,69	49,7±1,5	47,8±1,6	0,87
3. ЧСС3- від 180 до 210 с, разів	44,56±2,4	41,4±2,6	0,89	44,6±1,3	42,8±1,2	1,02
Оцінка Гарвардського степ-тесту, умовних одиницях	58,06±1,55 нижче середнього	65,0±1,96* середня	2,67	59,2±1,53 нижче середнього	62,7±1,37 нижче середнього	1,71

Примітка: */ статистично вірогідні розрізнення

ної підготовленості на кінець дослідження мали більш суттєве поліпшення в порівнянні з контрольною групою. Відносний приріст показників фізичної підготовленості юнаків експериментальної групи був у межах від 6,13% до 34,5%. Причому вищі результати були отримані у тестах на силу та витривалість. Відмічена та зафіксована статистично вірогідна динаміка у функціональних показниках дихання (життєвої ємності легенів), тенденція до збільшення часу затримки дихання на вдиху (проба Штанге) та затримки дихання на видиху (проба Генчі), що характеризує стійкість організму юнаків до кисневого голодування. Після дослідження реакція дихальної системи юнаків на фізичне навантаження проби Сєркіна змінилась і найбільш суттєво в експериментальній групі, де показники за пробою Сєркіна відповідали значенням для здорових, тренованих учнів.

Показник Гарвардського степ-тесту у юнаків експериментальної групи відповідав середньому рівню (65,0±1,96 ум. од), в контрольній групі залишався на рівні нижче середнього (62,7±1,37 ум. од).

Перспективою подальших досліджень вважаємо у вивченні функціональних показників юнаків під час пішохідних походів різної категорії складності.

Список літератури:

1. Рашко О. Розвиток рухових здібностей і функціональних можливостей в процесі підготовки до пішохідних походів / О. Рашко // Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві. – Вінниця: Планер, 2014. – С. 188-192.
2. Булаш О.Я. Теорія і методика спортивного туризму для студентів / О.Я. Булашев. – Харьков: ХДАФК, 2007. – 230 с.
3. Дмитрук О.Ю. Спортивно-оздоровчий туризм. Навчальний посібник / О.Ю. Дмитрук, Ю.В. Щур. – К.: Альтерпрес, 2008. – 280 с.
4. Булашев А.Я. Спортивный туризм / А.Я. Булашев. – Харьков: ХГАФК, 2009. – 331 с.
5. Коцан І.Я. Вплив регулярних занять туризмом на організм підлітків / І.Я. Коцан // Вісник Київського університету. Серія Біологія. – 2000. – Вип. 32. – С. 28-31.
6. Грабовський Ю.А. Спортивний туризм. Навчальний посібник / Ю.А. Грабовський, О.В. Скалій, М.В. Скалій. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009. – 304 с.

Чиженок Т.М., Коваленко Ю.А.
Запорожский национальный университет

ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЮНОШЕЙ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К ПЕШЕХОДНЫМ ПОХОДАМ

Аннотация
В статье представлены результаты исследования влияния секционных занятий по туризму на показатели физической и функциональной подготовленности юношей. Полученная информация дает учителю о надлежащей подготовке юношей к участию в пешеходных походах. Установлено, что у юношей экспериментальной группы показатели физической подготовленности в конце исследования имели более существенное улучшение по сравнению с контрольной группой. Отмечена и зафиксирована статистически достоверная динамика в функциональных показателях дыхания. В конце исследования реакция дыхательной системы юношей на физическую нагрузку по пробе Серкина отвечала значениям здоровых, тренированных учащихся. Показатели Гарвардского степ-теста у юношей экспериментальной группы соответствовали среднему уровню.
Ключевые слова: физическая подготовленность, функциональные возможности, туристская подготовка, пешеходные походы, юноши.

Chizhenok T.M., Kovalenko J.O.
Zaporizhzhya National University

RESEARCH OF DEVELOPMENT OF MOTOR CAPACITIES AND FUNCTIONAL CAPABILITIES OF YOUNG MEN IN THE PROCESS OF PREPARATION FOR WALKING

Summary
The article presents the results of a study of the influence of sectional classes in tourism on the indicators of physical and functional fitness of young men. The information received gives the teacher about the proper preparation of young men to participate in hiking trips. It was established that in young men of the experimental group, the indicators of physical fitness at the end of the study had a more significant improvement compared with the control group. A statistically significant change in the functional indices of respiration was noted and recorded. At the end of the study, the reaction of the respiratory system of young men to physical exertion by the test Serkin responded to the values of healthy, trained students. Indicators of the Harvard step test in young men of the experimental group corresponded to the average level.
Keywords: physical fitness, functionality, tourist training, hiking, youths.

РОЗДІЛ 3 ТЕОРЕТИЧНІ, МЕТОДИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ ТУРИЗМУ І КРАЄЗНАВСТВА

УДК 913:81'378.21–027.541

ТОПОНІМІЧНІ РОЗВІДКИ. РЕГІОНАЛЬНИЙ АСПЕКТ

Борисова О.В.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

Стаття присвячена питанням використання топонімічних розвідок в туристсько-краєзнавчих дослідженнях на рівні окремого регіону – Гадяцького району Полтавської області. Доведено, що топонімічні розвідки не тільки виявляють специфіку територіальних утворень, але й спроможні розкрити загальні тенденції їх формування, що є необхідним для подальшого вивчення топонімікону України. Висвітлено історичні факти, що мали безпосередній вплив на формування назв населених пунктів. Приділено увагу аналізу природно-географічного середовища. Виявлено, що мікротопонімічний комплекс Гадяччини є єдиним своєрідним утворенням, що потребує системного вивчення, аналізу та подальшої репрезентації у відповідних реєстрах.
Ключові слова: топонімічні розвідки, поселенська мережа, топонімікон, мікротопоніми, Гадяччина.

Постановка проблеми. Напрями наукових досліджень визначаються потребами суспільства на певному етапі його розвитку. З моменту проголошення державної незалежності значно посилилася зацікавленість різних верств населення до витоків і першоджерел своєї історії, рідного міста, села, заселення території держави в цілому та її окремих регіонів. Нове соціальне замовлення сприяло піднесенню краєзнавчих досліджень, які на початку 21 століття набули конструктивних рис, пов'язаних з вирішенням важливих загальних та регіональних проблем розвитку країни.

Сучасний розвиток краєзнавства, оновлення його змісту та методів спричинили інтенсивне зростання деяких його напрямів, що мають міждисциплінарний характер. До таких слід віднести топонімічні дослідження, які дедалі набувають більшої популярності та актуальності, досить аргументовані щодо вирішення важливих і принципових питань регіонального характеру, мають велике наукове та практичне значення. Географічні назви – топоніми є історико-культурними і просторово-часовими віхами історії етносу, цінними, насамперед, завдяки точній локалізації об'єктів дослідження, відносній стабільності, що дає змогу проникнути в глибинні шари історії соціуму, з'ясувати мовні впливи та інші чинники на життя людей, що відбиваються на зміні топонімів тощо. Топонімічні розвідки постачають важливий матеріал для географічних, історичних, культурно-етнографічних, лінгвістичних студій, є продуктом, документом, ключем для пізнання історії країни, за допомогою яких можна розшифрувати пам'ятки писемності, розшукати забуті осередки політичної, економічної діяльності людини.

Проте, навіть за наявності значної кількості праць, топоніміка сьогодні не позбавлена певних дискусійних і недосліджених проблем, однією з яких є незначна кількість комплексних регіональних досліджень, що в свою чергу не дає змогу грунтовно і всебічно розкрити закономірності формування та розвитку топоніміки (топонімічного ландшафту) певної території як системи, показати її значення в питаннях збереження та відродження географічних назв, які несуть у собі відлуння змін епох, їх культурно-ціннісну парадигму; виявити специфіку загальноукраїнського топонімікону.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сучасному етапі вітчизняні топонімічні студії репрезентовані широким спектром наукових досліджень. Вивченню регіональної топоніміки присвячені праці О. Бабічевої, Д. Бучка, Т. Беценко, Н. Вебер, І. Волянюка, М. Габорака, Н. Герети, І. Ільченка, А. Зосимова, Ю. Карпенка, В. Костюка, В. Котович, А. Коваль, З. Купчинської, В. Лободи, С. Наливайка, Я. Пури, О. Стрижака, М. Торчинського, В. Шульгача, М. Янко тощо [3].

Мета дослідження. Проаналізувати власні географічні найменування (топонімічний ландшафт) Гадяцького району Полтавської області як цілісне територіальне утворення, позбавлене національних меж. Підкреслити значення топонімічних розвідок регіонального рівня у формуванні географічного мислення, розумінні причинно-наслідкових зв'язків у географічній дійсності відродження національної культури і самосвідомості.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Повноцінний аналіз топонімічного ландшафту будь-якого рівня неможливий без урахування репрезентантів одного з онімних класів – мікротопонімів – власних географіч-

© Борисова О.В., 2019

них назв локальних об'єктів незначних обсягів та ареалів поширення, феноменів, що є невичерпним джерелом історичного минулого українського народу. Невідкладного вивчення вони вимагають насамперед тому, що протягом 20 століття зазнали суттєвих втрат. Порівняно з назвами великих об'єктів, мікротопоніми швидко реагують на зміну природних умов, більш рухливі, змінні,нестійкі, варіативні. Забуття багатьох назв продовжується і сьогодні, перш за все у зв'язку з інтенсивним відтоком сільського населення з ареалів постійного проживання.

Виклад основного матеріалу. На сучасній туристичній мапі України вистачає відомих та неповторних місць зі своєю дивовижною природою, культурною і духовною спадщиною, самобутністю, є й місця мало знані та маловідомі, але від цього не менш цікаві. Яскравим прикладом гармонійного поєднання та співіснування природної краси та багатої історико-культурної спадщини є Гадяцький район Полтавської області, який сміливо можна назвати районом-музеєм, районом-заповідником, що розташований на Лівобережжі Дніпра у північно-східній частині Полтавської області.

Справжньою окрасою району, його гордістю є місто Гадяч – місто козацької слави, гетьманська столиця, яке Леся Українка назвала» містом лагідної краси і такою Україною, що українішої немає». За свідченням археологів, перші поселення на території сучасного міста з'явилися ще в скіфські часи. У 10-13 столітті на території Гадяча існувало велике городище, яке разом з іншими виконувало роль прикордонних застав на зразок Посульської системи укріплень.

Офіційною датою заснування Гадяча прийнято вважати 1634 рік. Згідно з інвентаризацією 1647 року, в місті нараховували 821 господарство, тоді як у Полтаві на той час було лише 812 господарчих будинків [Костюк, с. 24]. Головним призначенням Гадяча у 17 столітті стає оборона від кочівників, кримських татар та нападів московских ратних людей, тому його планують та розбудовують як фортецю. Зручне оборонне розташування міста на високій горі з двома крутими виступами над річкою Пслом, в оточенні дрімучих лісів та глибоких балок-ярів, щедра мальовнича природа стали одним з пояснень походження його назви: ойконім «Гадяч» імовірно походить від слів «годяче», «гадяче» – придатне для життя та оборони. На початку 18 століття Гадяч перетворюється на одне з найзначніших міст тогочасної України.

В процесі розвитку міста, його назва неодноразово змінювалась: Гадське городище – Гадяче – Гадяч, але корінь «гад» неодмінно залишався. Саме це підштовхнуло дослідників до появи іншої версії походження назви, яка набула характеру загальноприйнятої та найбільш розповсюдженої. Згідно з нею, топонім Гадяч походить від слів «гад», «гадюка», де плазун, змія, все, що живе під ногами, в землі, існує, скоріше, як персонаж міфологічний, ніж реальний, неоднозначний за подобою і характером, якого боялися за згубну силу. У давніх легендах гад, змій відіграє роль охоронця кордонів, будівель, є вірним слугою та охоронцем свого господаря. Зображеннями гада, змія прикрашалися герби та корони, не став виключенням і старовинний герб міста 17 століття.

В етимологічному словнику М.Р. Фасмера слова «гадь», «гадяч» за часів Київської Русі подаються зі значенням волхв, пророк, ворожбит, віщун. Враховуючи це, вітчизняний науковець М. Шудря висунув версію походження назви міста від поняття «гадати» (гад – гадання – гадати – здогадуватися) [3, с. 19].

Сукупність назв (топонімія, топонімічний ландшафт) будь-якої території є внутрішньо організованим ієрархічним явищем, що відтворює пізнавальну систему функціонально пов'язаних елементів. Між назвою і географічним об'єктом встановлюється причинно-наслідковий зв'язок, який по-різному реалізується в різних топонімічних класах. Особливо чітко це проявляється через назви населених пунктів – ойконіми. Вони достатньо стійкі, акумулюють і зберігають протягом віків необхідну інформацію, несуть прикмети свого часу. Вибірковий аналіз ойконімів з використанням їх семантичного аспекту географічної класифікації є надважливим в туристсько-краєзнавчих дослідженнях різного рівня.

За інформативністю ойконіми поділяють на групи ландшафтно та історично зумовлених. Останні несуть інформацію про родові маєтки, землеволодіння, розвиток промислів та рід занять місцевого населення, напрями стародавніх шляхів сполучень, дозволяють з'ясувати, які народи та етнічні групи проживали на досліджуваній території.

Ландшафтно зумовлені дозволяють уявити закономірності виникнення та розташування населених пунктів. Адже природне середовище є одним із важливих чинників розселення, воно значною мірою впливає на розміщення, розмір, функції, форму поселення та типи житла.

Весь зібраний на Гадяччині ландшафтно зумовлений ойконімічний матеріал з географічними термінами в основах автором поділено на групи: I) рельєфного II. фіто- та зоографічного II. гідрографічного походження.

I. Територія Гадяцького району розташована у межах Полтавської рівнини. Долиною річки Псел вона поділена на дві частини: північно-західну та південно-східну. На останній переважають широкі річкові тераси, південно-західна частина характеризується підвищеними вододільними плато, які розчленовані мережею річкових долин, глибоких балок та ярів, що й знайшло своє відображення у назвах поселень району:

а) *горби, підвищення:* поселення Островерхівка, мікротопоніми Стінка, Жуків горб, Гірка (с. Лютенька), Драгоманова Гора, Замкова Гора (м. Гадяч), Красна Гірка (с. Малі Будища), с. Могилатів. На території останнього знаходиться курганний могильник скіфської доби, який складається з двох насипних курганів висотою 1,1 м, 1,4 м, діаметрами відповідно 20 м та 25 м. Перші згадки про поселення Плішивець, що розташоване на правому березі річки Псел відносяться до 17 століття. Поселенці зацікавились оголеним пагорбом, що виднівся на північному заході, й оточений з усіх боків лісом, нагадував плішину. Справжньою окрасою сучасного села є Покровська церква – єдиний в Україні мурований дев'ятибанний храм, що зберігся до нашого часу. Церкву було побудовано протягом 1902-1906 років за ініціативою П. Левицького першого митро-

полита української автокефальної православної церкви,який народився в родині священика села Плішивець.

б) *долини, рівнини, низини, луки:* географічний термін «долина» включає в себе поняття «низина, поросла травою», «широка низина», «ділянка, що заповнюється водою під час повені» тощо. Луг означає «низьку місцевість», «низину над рікою» тощо. Лексема «луг», як і «лука», своїм походженням сягають індоєвропейського кореня leng з семантикою «кривизна», «затока», «місцевість у вигоні річки». На Гадяччині означені терміни реалізовані у таких власних назвах як с. Березова Лука, Красна Лука, Глибока Долина, Саранчова Долина, мікротопоніми Підлуг та Сиричева Долина (с. Лютенька). Цікавою є назва села Лихопілля, яка представляє собою складносуфіксальне утворення, в основі якого перша частина лих – «який чинить лихо, здатний чинити лихо», друга – географічний термін поле – «безліса рівнина, рівний великий простір». Поєднавшись між собою, утворюють найбільш вірогідне пояснення – «місцевість, не зовсім придатна для вирощування рослин».

в) *яри, балки, вологі низовинні ділянки:* с. Зелена Балка, с. Глибоке, куточок Заяр, Гончарний Яр (м. Гадяч).

II. Безпосередність флоро-фауністичного впливу на формування поселенської мережі району також підтверджується назвами його населених пунктів. Сьогодні лісові угіддя займають досить незначну територію району – 26,1 тис. га з 160 тис. га. Про те, що в минулому ці площі були значно більшими, зазвичай свідчать населені пункти, у назвах яких як чиста основа виступають топоніми гай, бір, ліс як наприклад в назвахс. Бірки, мікротопонімів-урочищ Гадяцький Бір (м. Гадяч), Гай-Займи (с. Вельбівка), Сосновий Гай (с. Красна Лука), Березовий Гайок (с. Веприк), Гай (с. Сари), Капністів Ліс (с. Лютенька).

Найбільш типовими для Гадяччини серед деревних порід є сосна та дуб, кількість яких становить 60% від загальної лісової площі. Зазначені породи дерев реалізовані у назвах поселень та урочищ району: с. Соснівка, ур. Сосновий Гай (с. Красна Лука), ур. Діброво-Кобрієве (с. Гречанівка), ур. Дубова алея (с. Максимівка), ур. Дублянщина (с. Лютенька).

Майже всі назви поселень, в основі яких лежать найменування лісових дерев і справді пов'язані з ними безпосередньо. Проте далеко не завжди їх оточують ліси або гаї з певною породою-домінантом. Достатньо одного або кількох дерев – об'єкта, який домінує над ландшафтом, впадає у вічі, виразно виділяється на тлі чагарників чи хвойного лісу. До таких назв-орієнтирів найчастіше відносяться ойконіми з дендронімом береза, тополя. На Гадяччині вони представлені селами Березова Лука, Берізки, ур. Березовий гайок (с. Веприк), ур. Березовий Ріг (с. Лютенька). Чимало трав, кущів, квітів, культурних рослин передали свої назви населеним пунктам району: села Калинівщина, Лободине, ур. Терновий кущ (с. Соснівка), с. Качанове, с. Гречанівка.

При врахуванні скорочення видового складу тваринного світу на будь-якій території, на допомогу приходить топоніміка, яка дає можливість відновлення і встановлення первісних ареалів проживання тих чи інших представників фауни регіону. У прадавніх українців ставлення до тварин та птахів було дуже шанобливим, тісно пов'язаним з релігійними віруваннями, звичаями і однаково стосувалося як свійських, так і диких тварин, що й відображено в назвах поселень: мікротопоніми – куточки Гусаків яр, Шершнівка (с. Сари), Кабанівка (с. Лютенька), с. Воронівщина, с. Вовче, с. Лисівка, с. Бобрик – назва пов'язана з бобрами. Сьогодні це рідкісні тварини на теренах району, але ще на початку минулого століття вони густо селилися на лісових річках та нечисленних озерах Гадяччини. Назва села Веприк, перші згадки про яке датуються 1649 р., походить від назви дикого звіра – кабана, страшного лісового вепра, який нещодавно ще траплявся на берегах Дніпра. Село назавжди вписано на сторінки всесвітньої військової історії як приклад героїчної оборони фортеці козацького поселення, що тривала п'ятдесят днів під час подій Північної війни. Тривала облога фортеці зірвала плани Карла XII у подальшому веденні бойових дій, наблизивши розв'язку під Полтавою. Сьогодні Веприквідомий на всю Полтавщину ще й завдяки церкві Успіння Пресвятої Богородиці, з історією якої нерозривно пов'язане ім'я видатного вченого-енциклопедиста, доктора медицини, професора акушерства, педіатрії та фітотерапії Н.М. Максимовича-Амбодика (1742-1812 рр.), який народився в сім'ї священика Успенської церкви та був охрещений в її стінах. Село Веприк – батьківщина видатного вченого, конструктора бронетехніки, ядерної та термоядерної зброїгенерал-лейтенанта М.Л. Духова.

III. Особливості рельєфу та клімату значно вплинули на формування гідрографічної мережі району. Річки, у свою чергу, є одним із важливих природних факторів, що впливає на характер розселення і значною мірою зумовлює розміщення населених пунктів.

Головна водна артерія району – річка Псел, що перетинає його територію з північного сходу на південний захід з притоками Грунь, Лютенька, Веприк. На заході протікає інша значна водна артерія – р. Хорол. Район має 25 озер та 119 ставків із загальною площею водного дзеркала 401 га.

Гідроніми (назви річок) є найбільш стародавнім топонімічним прошарком будь-якої території, їхні назви первинні, а більшість назв населених пунктів, що мають подібні назви – вторинні. В ойконімній системі Полтавської області широко представлені назви населених пунктів, утворені від назв річок, що пов'язано із загальнолюдською тенденцією засновувати нові поселення поблизу водних артерій. Із 250 назв основної сітки річок Полтавщини близько 200 відгідронімних назв поселень, серед яких є відомі ще з доби Київської Русі. Отже, зазначена група є досить продуктивною, що свідчить про традиційно найтісніші гідронімно-ойконімні номінаційні зв'язки в українській топонімії.

На Гадяччині группа відгідронімних назв представлена вже відомими нам селами: с. Веприк – виникло на високому правому березі річки Веприк; с. Бобрик – на однойменній річці Бобрик, що є лівою притокою Псла; с. Вовче – через нього протікає річка Вовча, а також с. Рашівка – у документах 1626 року воно записано як

Рашова на річці Рашівка (права притока Сули). Назва річки утворена за допомогою суфікса -к- від Рашава – Рашева з типово гідронімічним суфіксом -ава (-ова). Корінь слова дуже давній, ймовірно він бере свій початок з давньоіндійської мови, в якій «ras» означає «текти». В порівнянні з лівійською arsiis «текти», таджикською рашх – «просочування рідини, крапля, бризки». Село Сари – походить від назви двох однойменних притоків Псла – Малої та Великої Сар, що протікають крізь село. Назва гідронімів, очевидно, запозичена з неслов'янської мови: для порівняння, фіно-угорська Сара – «відгалуження, невелика річка»; давньоіндійська sars – рідкий, sarit – «потік, річка». Село Запсілля – його назва походить від р. Псел – лівої притоки Дніпра. Зазначений гідронім має декілька етимологій : від грецького слова пселлос – темний – Псел – темна вода; від слов'янських коренів, що означають «джерело, вологе місце»; від кавказькихгідронімів типу Пса, Псе – «вода, ріка», що пояснюється археологічними дослідження, які доводять, що скіфські пам'ятки надпсілля багато в чому нагадують і мають єдність з пам'ятками Північного Кавказу як результат товарообміну між цими територіями в давнину [4, с. 219].

В порівнянні з іншими територіями, Гадячский район не може похизуватися значною кількістю боліт, деталізація назв яких широко відображена у поселенській мережі. Лучно-чорноземні, болотні й торфово-болотні грунти займають сьогодні менше 10% території району, але їх наявність все ж таки знайшла відповідне відображення в назвах населених пунктів Гадяччини. Село Рудка-Степ – його назва виникла внаслідок об'єднання двох поселень Рудка та Степ. Значення кореня «руд» – «бурий, темний, той, що залишає плями, бруднить». Відповідно Рудка – мокра заболочена низина в лісі, іржаве болото, місце, де копають глину для господарських потреб. Село Лютенька – яке можна віднести до вже вище розглянутої групи поселень, що виникли на берегах однойменних річок. Цікаво, що річок з назвою Лютенька чимало – близько 11, їх можна зустріти на Сумщині, Чернігівщині, Київщині, Житомирщини, Львівщині. На теренах Білорусії також протікає річка Лютенька. На Україні ряд невеликих потоків та джерел мають схожі найменування: Лутенька, Лутовка, Лутика, Лутова тощо. На Київщині є болото з назвою Льто. Всі зазначені назви мають спільні корені або схожі основні кореневі звуки. Вважається, що гідронім Льто, Плота означає болото. Імовірно, в давні часи болотисту місцевість називали Плота, Льто, а річка, яка протікає через неї дістала назву Льтенка, згодом змінену на Лютеньку – болотну річку. Воснові гідронімів є західнопольський архаїзм ljut – «грязь, болото, мочар». Ще до середини 20 століття в південній частині села простягалася смуга непролазного болота, яке просихало лише в найспекотнішу пору і називалося Жабокрюківкою. Сучасне село Лютенька – «старе, козацьке гніздо», так влучно назвала його Олена Пчілка – потужний, сакральний центр району, місце, де у 1686 році була побудована одна з найвизначніших пам'яток України козацької доби – Запорізька Свято-Успенська церква. Славна історія храму доповнюється видатними постатями, в свій час охрещеними в його стінах: О.Д. Засядько – винахідник і конструктор перших вітчизняних бойових ракет; І.А. Зарецький – засновник опішнянської гончарної майстерні, сьогодні відомоїдалеко за межами України. Церква простояла 287 років і була підірвана в 1985 році. Під час розкопок, які проводилися у 2008-2010 роках, на місці храму виявлено поховання гетьмана Івана Брюховецького.

Природні озера району знайшли своє відображення вназвісела Кругле Озеро.

Окрему групу досліджуваного матеріалу становлять історично зумовлені ойконіми, твірною базою яких є апелятиви, пов'язані з традиційною, господарською, матеріальною та духовною культурою жителів Гадяччини. Структура цієї діяльності складалася тривалий час на основі особливостей природно-географічних умов, історичного, соціального та економічного розвитку краю.

Головним заняттям населення Гадяччини 17-19 століття було сільськегосподарство – землеробство та тваринництво. Протягом 17-18 століття відбувається інтенсивний розвиток ремесел і торговельних відносин на фоні численних історичних та політичних подій, достовірність чого підтверджується назвами поселень, окремих їх частин та прізвищами родин, в основі яких покладені назви основних промислів району. Село Млини (17 ст.), куточок Млини (с. Сари) – млини на Гадяччині були справжньою окрасою сел, регулювали воду в річках. Псел, Грунь, Веприк, Лютенька були перегороджені багатьма греблями з млинами. В с. Малі Будища, де стояв будинок родини Драгоманових, дотепер збережені залишки родинної власності – водяного млина. Села Саранчова Долина, Сари – вже зазначені вище поселення, інша версія походження яких пов'язана з основним заняттям його мешканців – первинною обробкою шкір будь-яких тварин для виготовлення кінської збруї. Такий вид діяльності у прадавніх українців називався «сарач», на Київщині мав назву «сирич». Майстри, відповідно, звалися сарачами, що пізніше змінилося на шорників. Для виготовлення такої шкіри потрібні були не тільки вміння та навички, а й перш за все – необхідна кількість води. Означеним вимогам відповідала природна фабрика – озеро, якому місцеві мешканці дали назву Сара. У сарчан існував ще один рідкісний вид господарської діяльності, який приносив їм значні прибутки – щетинництво. Гадяцьке вугілля та сарська щетина 18-19 ст. були еталоном якості на ярмарках Європи. Як продовження цієї групи слід назвати поселення Соснівка (кол. Свинарне), с. Писарівщина; с. Крамарщина – де крамар – «торговець»; с. Ціпки – від старочеської «cepiti» – нести, тягнути, російською – цеплять; с. Мала Обухівка та мікротопонім Обухівка (частина села Красна Лука) – заоднією з версією, сюди приводили старих, хворих волів і добивали їх обухами (іншою стороною від леза сокири). Про більш приємне заняття свідчить назва с. Книшівки – добрий господар посіяв, зібрав, обробив ниву, прийшов час пекти невеликі пироги з сиром, або цибулею зі шкварками – «книші». Назва с. Римарівка – свідчить про ремісників, які виготовляли ремінну збрую – (лимарів), де згодом була змінена перша літера. Сучасні назви окремих кутків (мікротопо-

німи) міста Гадяча також свідчать про діяльність його мешканців – Кузні, Гончарний Яр. У Яру видобували глину, збудували цегельний завод, який був зруйнований в середині 20 ст. Відкриття гончарного цеху в Гадячі було ініційовано у 1643 р. коронним гетьманом С.Конецпольським, який на той час мав право на пожиттєве володіння Гадяцькими землями. Пізніше гончарні осередки було організовано у с. Веприк, Красна Лука, Хітці. Глина на теренах краю більше підходила для виготовлення грубого посуду, але навіть із неї місцеві гончарі могли робити мистецькі шедеври. В Гончарному Яру встановлено пам'ятний знак – в роки Другої світової війни тут було розстріляно близько 300 представників єврейської громади міста.

З середини 17 ст. на Полтавщині відчувається підвищений попит на лісову продукцію на внутрішньому та зовнішньому ринках, що сприяє розвитку лісових промислів. Починається будівництво буд- та буртпромислів з виробництва поташу та селітри. Нові підприємства існували в багатьох поселеннях того часу, їх будували в глибинах Гадяцьких пущ і дібров, а також біля невеликих лісових масивів. У 1640-х роках С. Конецьпольський стає лідером з продажу поташу та селітри, яких так потребувала Польська держава. Про розповсюдженнялісових промислів у 17-18 ст. свідчать назви поселень Малі Будища, Великі Будища – у період козацтва село належало до Гадяцького замку й іменувалося Замковими Будищами, потім – Спаськими Будищами від назви Спаського Скитського монастиря, розташованого неподалік. Згодом Будища стали Чернецькими, і лише на початку 19 ст.вони отримали сучасну назву по аналогії з Великими Будищами Зіньківського повіту.

Назви с. Броварки та куточка Підварок (м. Гадяч) виникли також в ті часи, коли на Гадяччині інтенсивно видобували селітру, про що свідчить спільний корінь «вар» – варити. Сліди горілої глини (печини) – залишки зруйнованих печей для виварювання селітри сьогодні є матеріальними свідченнями діяльності селітроварів на Підварку. Місце для виробництва селітри на території сучасного села Броварки було вибрано не випадково – незаймані ліси та значна кількість курганних могильників сприяли інтенсивному розвитку підприємств. Серед 146 об'єктів історико-культурної археологічної спадщини Гадяцького району особливе місце сьогодні належить групі курганних могильників. Абсолютно унікальним об'єктом скіфології є саме Броварківський курганний могильник VI–IV ст. до н.е., що вже давно став еталонною пам'яткою природи. Могильник складається з 20 курганів, більша частина з яких розташована на сучасних присадибних ділянках мешканців села. Висота курганів 5-12 м – вони є найвищими серед курганів скіфської доби на Полтавщині. На думку науковців, видобування селітри з земляних насипів курганів і могильників сприяло частковому або повному руйнуванню більшості з них.

Основні види господарської діяльності населення Гадяччини, виявлені в назвах поселень стали також твірною основою для багатьох прізвищ та прізвиськ, які сьогодні розповсюджені на теренах району: Гамалія (посол), Кобзар, Козій (власник вола, у якого роги розходяться в боки та мають закручені кінці), Крамар (торговець, купець), Мельник, Різничок, (той, хто забиває худобу, птицю), Швець, Борткевич, Кравченко (син кравцямайстра, що шиє одяг), Личман (пастух), Наточій (комірник пива при панському дворі), Ємець (конокрад у сучасному перекладі), Писаренко, Плутенко (від плот, плотар, той, хто збиває плоти), Недовіс (продає товар з неповною вагою) [1].

За назвами населених пунктів, кутків, урочищ можна уявити привабливість краю, де розташовані ці поселення. Красу місцевого ландшафту підкреслюють назви зі словами «красний» – у минулому це красивий, славний, чистий, повернутий на південь та сонячний бік. На Гадяччині – це с. Красна Лука. Через назви також передавалось відповідне забарвлення об'єкту – його колористика. Зелений колір найчастіше ототожнювався з насиченістю зелених насаджень, кольором лісу, дерев, трави – с. Зелена Балка, кутки Зелений клин (с. Лютенька), Зеленщина (с. Римарівка), Зелене (с. Сари). Червоний колір номінував територію за барвою земної поверхні, глини – с. Червоний Кут.

Кожен об'єкт, створений природою чи людиною має власну форму, розмір, розташування. Якщо це були особливі ознаки, вони трансформувалися у власні назви без жодних змін: с. Глибоке, с. Глибока Долина, с. Велике, с. Круглик, с. Кругле Озеро, куточок села Римарівка – Клин, с. Середняки – розташоване посередині між Гадячем та Лохвицею. Основні ментальні ознаки гадяччан також знайшли своє відображення у назвах населених пунктів, які стали підтвердженням або спростуванням суперечливих суджень щодо тих чи інших рис характеру місцевого населення: с. Веселе; с. Вирішальне; с. Сватки – за переказами, родини перших поселенців були між собою сватами. За іншою версією, назва села походить від слова «сват», що у деяких народів означає «гість, чужинець». Назва с. Розбишівка ймовірно походить від слова розбійник, яким тоді іменували селян, що тікали від панської неволі в незаселені глухі кутки. Підтвердженням цієї версії можна вважати й прізвища Гайдабура, яке розповсюджене на Гадяччині та означає: 1. Розбійник; 2. Пустун, бешкетник, та Опришко – неслухняні в законі [1].

З метою вивчення історії виникнення населених пунктів, продуктивним є використання селітебних термінів, що означають різні категорії поселень: місто, село, хутір, слобода тощо. На Гадяччині це – с. Петроселівка. Поселення, які виникали на новому місці і куди одразу переселялася значна частина мешканців вже існуючого села, називалися часто новосілками: с. Новоселівка, с. Новий Висілок. Такі собі поодинокі господарства, віддалені від великих поселень отримували назви хуторів, що в перекладі з німецької означає «частина округи чи певної території»: Гринів хутір та Панасів хутір як частина с. Лютенька, Мартинівка (до 1910 р. хутір Казений).

На Гадяччині кількість назв населених пунктів релігійного та культового характеру абсолютно незначна. Але при малій чисельності вони мають велике історичне значення, оскільки зафіксували одну з форм гноблення українського народу протягом декількох століть. Поселення,

що були у власності духовних установ, осіб, закріплені в назвах: Попівщина – частина села Римарівка, с. Чернече, с. Великі Будища (колишні Спаські Будища, Чернечі Будища), с. Бутовиче́ське (власність протопопа Г. Бутовича).

Протягом 17-18 ст. гадяцькі землі активно включаються у внутрішньо- та зовнішньоукраїнську систему торгівлі, назви доріг стають назвами населених пунктів: с. Перевіз. Маршрути сухопутних шляхів обиралися не довільно, а залежали від географічних умов місцевості. Особливо впливали на конфігурацію доріг водні об'єкти: мікротопонім Брідок (м. Гадяч) – територія розташована у долині р. Псел. Навесні коли він розливався, рівень води ставав вище, мешканці кутка були змушені ходити «вбрід» по воді.

У радянський час найменування населених пунктів стало важливою справою держави і здійснювалося як свідомий, юридично закріплений факт. Однією з характерних особливостей, які внесла нова епоха у топонімотворення стало посилення ідеологічної функції назв, широке використання їх з метою увічнення видатних для соціалістичної системи осіб, подій. Ця група представлена у Гадяцькому районі такими назвами меморіального характеру як: с. Жовтневе, с. Краснознаменка (до 1921 р. Сергіївка), частина села Сари – П'ятирічка, названа на честь п'ятирічних планів, за якими розвивалась радянська економіка.

На відміну від інших районів Полтавщини, на Гадяччині практично відсутні поселення, назви яких свідчать про етнічну належність, ареали розселення, міграційні процеси в давнину на теренах краю. Виключенням є мікротопоніми Драгоманова гора (м. Гадяч), Кацапелівка (частина с. Сари) – місце компактного проживання переселенців з Росії, хутір Жидівка, що зник з карти району в середині 20 ст. та гідронім – Татарин. Подібна інформація локалізована і збережена сьогодні в прізвищах гадяччан. Прізвища Литвин, Литовка, Ляшенко, Масюк, Гаєвський, Галецький – з'явилися внаслідок литовсько-польської колонізації земель району, яка розпочалася в 16 ст.; прізвища татарського походження – Дейна (в перекладі – пан), Чемерис (польський татарин), Мажура (критий віз), Саган (полив'яна миска) – вказують на кримських татар, які нападали на Україну та південь Росії. Деякі з них потрапляли в полон, селилися, засновували села. Було й таке, що польські, литовські та українські феодали наймали татар для охорони своїх володінь і за це виділяли їм земельні угіддя. Прізвище Шалепа – російського походження, що означає батіг з конопель, який плели вчетверо з волокна коноплі, намочували у солоній воді та катували їм непокірних. Прізвище зафіксувало етап колонізації гадяцьких земель московськими ратними людьми в 17 ст. Прізвища Крижанівський, Борохович, Жидівка, Цокур – єврейського походження – з середини 17 ст. польські феодали почали здавати євреям в оренду міста та селища краю. Вважаючи козаків передусім бунтівниками, магнати воліли мати справу переважно з жидами. На початку 20 ст. єврейська громада Гадяча складала 3% від загальної кількості жителів. Сучасний Гадяч – осередок паломників-хасидів. В місті у 1813 році на єврейському кладовищі похований засновник хасидизму, геній і мудрець єврейського народу, великий авторитет у законах Тори, засновник руху Хабат-рабін Шнеур Залман (1745-1813 рр.). На місці захоронення рабіна збудовано усипальницю. Кожного року в день смерті праведника до Гадяча приїздять близько 10 тис. євреїв з різних країн світу.

Територія краю приваблювала переселенців. В 18 ст. для боротьби з українським козацтвом згідно імперських указів сюди переселяли чужинців із Сербії, Хорватії, Болгарії, Чорногорії, Греції, етнічна приналежність яких відображалась в прізвищах: Милорадовичі, Пламенці, Драгоманови (драгоман з сербської – перекладач), Рубан (Руба з болгарської – весільний дарунок), Дученко (Дуц – чоловіче болг. ім'я), Гречан тощо [1].

Назви, які виникли за належністю поселення до певних осіб (місцевих жителів, переселенців, службовців, виробників, власників) відносяться до відантропонімних, є надзвичайно продуктивними в досліджуваному ареалі й складають більше 50%.

Їх суттєве збільшення в поселенській мережі Гадяччини починається з середини 17 ст. Цьому сприяла польська урядова політика на землях краю і так звана «народна займанщина». Відантропонімні назви цікаві як елемент етнічного і культурного спадку краю. Аналізуючи їх можна прослідкувати, які імена використовувалися частіше, які збереглися до 20 ст., а які зникли з лексикону місцевого населення, перейшовши до розряду історизмів: с. Пирятинщина. Назва походить від слова «Пирят» – скорочений варіант імені київського боярина Пирогоста, який володів частиною земель краю в 11-12 ст.

На території сучасного району досить багато ойконімів, утворених від християнських імен: Мокріївщина (Мокрій-Макарій), Петроселівка, Степаненки, Мартинівка, Петрівка-Роменська, Венеславівка, Тимофіївка, Максимівка, Мар'янівка, Миколаївщина, Юр'ївка тощо. Деякі відантропонімні назви є похідними від нехрещених власних імен, апелятивне походження яких підказує, що вживалися вони саме в якості побажання. В такому плані надавалися новонародженому як нехрещені власні імена, наприклад: назви різних видів їжі, страв, позитивних рис у зовнішньому вигляді, поведінці, чим висловлювалося побажання благополуччя у житті. До таких віднести імена: Книш (с. Книшівка), Веселий (с. Веселе).

До відантропонімних назв краю належать назви поселень: Грипаки (антроп. Грипак), Кіблицьке (Кіблик), Рудиків (Рудик), Тютюрівщина (Тютюрівський), Тригубщина (Тригуб), Дучинці (Дуц), Морозівщина (Мороз), Шадурка (Шадура – Шатура – чол. ім'я), Цимбалове (Цимбал), Ручки (Ручка), Харківці (Харко).

Імена, прізвища, прізвиська осіб, пов'язаних з історією Гадяцького полку, стали топосновою для цілої низки поселень Гадяччини. Динаміка подібних назв простежується, починаючи з кінця 17 ст. Полковий устрій Гетьманщини тримався на рангових маєтностях – землях «на чин». Після обрання на гетьманство, Д. Апостол почав наводити лад серед генеральної старшини та полковничих урядах, в тому числі і Гадяцького полку. Результатом діяльності гетьмана став документ

«Генеральні слідства про маєтності» з окремим розділом «Ревізії маєтностей Гадяцького полку», згідно якого на прохання окремих осіб урядової старшини «на ранг» за гетьманськими універсалами надавалися маєтності в межах полку, що знайшло своє відображення в назвах поселенської межі краю: с. Біленченківка (Біленченко Іван – старший полковий канцелярист), с. Бухалове (Бухалів Яків – сотенний отаман), с. Вечірчине (Вечірка Юхим – полковий обозний), с. Кияшківське (Кияшка Михайло – полковий осавул), с. Тимофіївка (кол. Богаєвське) – належало бунчужному товаришу Семену Богаєвському і лише на початку 19 ст. на честь одного з нащадків першого власника отримало сучасну назву; с. Донцівщина (Донець Федір – наказний полковник). Формат «-щина» у відантропонімних назвах зазвичай приєднувався до назв земельних ділянок, що змінили свого попереднього або першого власника [2, с. 105].

У 18-19 ст. на Полтавщини з'являється велика кількість назв-похідних від імен, прізвищ поміщиків або членів їх родин. На Гадяччині вони представлені с. Юр'ївка – власність місцевого поміщика, майора С. Юрьєва; с. Коновалове – колишня власність підданих Києво-Печерської лаври Андрія та Кирила Коновалових; частина с. Лютенька – Орлики (власність гетьмана П. Орлика); Капністів ліс – володіння графа Василя Капніста; графські володіння-урочища: Домонтовича, Фролова-Багреєва, Данилевських, Панське; Засядьківщина – землі генерал-майора Д. Засядька.

Вкрай важливим, під час топонімічних розвідок є збір та детальний аналіз представників окремого топонімічного класу – мікротопонімів. Розглянувши думки В. Ніконова, В. Німчука, Ю. Карпенка, Д. Бучка, Т. Поляруш та інших приєднуємось до твердження, що мікротопоніми – це власні назви незначних природних і штучно створених локальних об'єктів, до них належать назви для позначення об'єктів природних реалій (боліт, горбів, джерел, луків, полів, ставків, урочищ, ярів тощо) та найменування штучних невеликих об'єктів (вулиць, кутків, частин села, стежок, мостів тощо), які виникли природно в народному мовленні і тісно пов'язані з ним. Слід підкреслити, що йдеться про неофіційні назви, які ніде не зафіксовані, й існують тільки в мовленні місцевих жителів, виступають носіями різних регіональних говіркових ознак.

Мікротопонімічний комплекс Гадяччини є єдиним своєрідним утворенням, що потребує системного вивчення, аналізу та подальшої репрезентації у відповідних реєстрах. Окремі мікротопоніми встигли стати своєрідною візитівкою краю та заслуговують на особливу увагу. Частина с. Сари – Крутьки. Ця назва є відгідронімною – на півночі сучасних Сар 200 років тому протікала невелика річка Крутька, яка згодом перетворилася на тимчасовий потік. Крутьки стали відомі завдяки величезній калюжі, що знаходилась біля місцевої церкви і навіть влітку рідко висихала. Цей незвичайний об'єкт виявився привабливим для кінознімальної групи Одеської кіностудії, і у 1959 р. саме тут було відзнято декілька сцен художнього фільму за твором М.В. Гоголя «Как поссорился Иван Иванович с Иваном Никифоровичем».

Частини с. Лютенька Засядьківщина та Полігон – мала батьківщина О.Д. Засядька – генерал-майора, кавалера орденів Св. Володимира та Св. Георгія, основоположника ракетної галузі, винахідника принципів реактивної тяги, балістики ракет. Саме тут, в Лютеньському маєтку О.Д. Засядько будує кузню та піротехнічну лабораторію. У 1815 р. з вигону неподалік лісу Дубини (сьогоднішній Полігон) злетіла перша вогняна ракета. Протягом двох років тривали роботи над її удосконаленням, результатом яких стала дальність польоту 2300 метрів. Успіхом винахідника стали й пускові установки залпового вогню – перші «катюші» та «гради», про іспити яких недоброзичливі сусіди нарікали, що Засядько заповзявся «спалити губернію». Підсумки дворічної подвижницької праці у Лютеньці О.Д. Засядько виклав у праці «О деле ракет зажигательных и рикошетных» (1817 р.), яка стала першим посібником з виготовлення та бойового застосування ракет тогочасного війська. Саме тому, сьогодні можна сміливо стверджувати, що космічна ера для українців почалася у 1815 році на Гадяччині.

Висновки. Територія Гадяцького району – ареал, який вирізняється перебігом складних та різноманітних історичних процесів, що вплинули на розвиток його топонімії. Але можна стверджувати, що процес формування та функціонування топонімічного ландшафту Гадяччини в загальних рисах не виходить за межі топонімічних закономірностей і традицій, які склалися впродовж століть на Лівобережній Україні. Проте регіон має свої специфічні особливості, які не могли не бути відображені в його топонімії.

Невід'ємною частиною топонімічного ландшафту Гадячского району є мікротопоніми – складна, цілісно організована система, вивчення якої доповнює та конкретизує історію формування та розвитку топонімікону України.

Отримані в ході топонімічних розвідок результати можуть бути використані у науково-краєзнавчій роботі, в ході підготовки узагальнюючих праць з історії Полтавщини та України, історичної географії та топоніміки; у навчальному процесі загальноосвітньої та вищої шкіл, зокрема у курсах спеціальних дисциплін «Краєзнавство», «Топоніміка», висвітленні історичного минулого окремих поселень. Топонімічні знання можуть стати корисним путівником та приводом для створення окремих туристичних маршрутів, що в цілому сприятиме розвитку туризму в районі.

Список літератури:

1. Зосимов А. Словник українських прізвищ: у 2-х томах / А. Зосимов. – Харків: Золоті сторінки, 2015. – 640 с.
2. Костюк В.С. Гадяч – гетьманська столиця та незагоєні рани України / В.С. Костюк – К.: КВІЦ, 2013. – 150 с.
3. Костюк В.С. Гадяч. Краєзнавчі розвідки / В.С. Костюк – К.: КВІЦ, 2010. – 96 с.
4. Наливайко С. Тисяча найновіших тлумачень давніх українських назв, імен. Прізвищ (на індоіранському матеріалі): довідник / С. Наливайко. – К.: Євшан-зілля, 2008. – 360 с.

Борисова О.В.
Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова

ТОПОНИМИЧЕСКИЕ РАЗВЕДКИ. РЕГИОНАЛЬНЫЙ АСПЕКТ

Аннотация
Статья посвящена вопросам исследования топонимических разведок в туристическо-краеведческих исследованиях на уровне отдельного региона – Гадячского района Полтавской области. Доказано, что топонимические разведки не только определяют специфику территориальных образований, но и способны раскрыть общие тенденции их формирования, что необходимо для дальнейшего изучения топонимикона Украины. Освещены исторические факты, имевшие непосредственное влияние на формирование названий населенных пунктов.Уделено внимание анализу природно-географической среды. Выявлено, что микротопонимичний комплекс Гадячского районапредставляет собой единоеобразование, которое требует системного изучения, анализа и дальнейшей репрезентации в соответствующих реестрах.
Ключевые слова: топонимические разведки, поселенческая сеть, топонимикон, микротопонимы, Гадячский район.

Borysova O.V.
National Pedagogical University named after Mykhailo Dragomanov

TOPONYMIC INTELLIGENCE. REGIONAL ASPECT

Summary
The article is devoted to the issues of research of toponymic intelligence in tourist and local history studies at the level of a separate region – Gadyachsky district of the Poltava region. It has been proven that toponymic intelligence not only determines the specificity of territorial entities, but is also able to reveal the general tendencies of their formation, which is necessary for further study of the toponymy of Ukraine. Historical facts that had a direct impact on the formation of the names of settlements were illuminated. Attention is paid to the analysis of the natural-geographical environment.It was revealed that the microtoponymous complex of the Gadyachsky district is a single entity that requires systematic study, analysis and further representation in the relevant registries.
Keywords: toponymic intelligence, settlement network, toponymicon, microtoponym, Gadyachsky district.

УДК 379.134+91(07)

КОМПЕТЕНТНІСНИЙ ПІДХІД У КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ГЕОГРАФІЇ ДО КРАЄЗНАВЧО-ТУРИСТСЬКОЇ РОБОТИ

Браславська О.В., Рожі І.Г.
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

У статті охарактеризовано професійну підготовку майбутніх учителів географії до краєзнавчо-туристської роботи на засадах компетентнісного підходу. Відображено теоретичний розвиток компетентнісного підходу як у педагогічній освіті так і у краєзнавчо-туристській роботі. Розглянуто праці вітчизняних і зарубіжних авторів, які вивчали у своїх роботах дане питання. Описано напрями компетентнісного підходу в підготовці майбутніх учителів географії до краєзнавчо-туристської роботи. Описано дефініції трактування компетентності як у словникових виданнях так і у авторських працях науковців.
Ключові слова: компетентнісний підхід, професійна освіта, професійна підготовка,краєзнавчо-туристська робота, майбутній учитель географії, студент-географ.

Постановка наукової проблеми. У державних циркулярах, зокрема у Концепції розвитку професійної освіти, мету такої освіти визначено у «задоволенні потреб особистості, суспільства і держави в освітніх послугах із підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації різних категорій населення зважаючи на вимоги ринку праці; формування творчої, духовно багатої особистості з урахуванням її потреб, інтересів та здібностей, де основними принципами виступають випереджувальний характер професійної підготовки, неперервність, фундаменталізація, інтеграція професійної освіти, науки і виробництва; гнучкість і взаємозв'язок процесу професійного навчання з реструктуризацією та подальшим розвитком економіки і зайнятістю населення, регіоналізація професійної освіти, поєднання загальноосвітньої і професійної підготовки, стандартизація, єдність професійного навчання і виховання, екологізація, варіативність,

© Браславська О.В., Рожі І.Г., 2019

індивідуалізація і диференціація» [6]. Саме тому виникає нагальна потреба розгляду особливостей компетентнісного підходу в контексті професійної підготовки майбутніх учителів географії до краєзнавчо-туристської роботи.

Аналіз досліджень і публікацій. Формування професійної компетентності фахівця досліджували вітчизняні й зарубіжні науковці. Елькін М.В. (Формування професійної компетентності майбутнього вчителя географії засобами проектної діяльності) вказував, що саме професійна компетентність є проміжним етапом до професійної майстерності, метою для кожного конкретного учня, студента, працівника закладу освіти; Саюк В.І. (Розвиток професійної компетентності вчителів географії у системі післядипломної педагогічної освіти) виокремила педагогічні умови підготовки фахівців для розвитку їх професійної компетентності, які схарактеризовані як провідні чинники в організації навчання; Тімець О.В. (Теорія і практика формування фахової компетентності майбутнього вчителя географії у процесі професійної підготовки) довела, що професійна компетентність – це інтегральна характеристика особистісного становлення майбутнього вчителя (наявність мотивації навчання й ціннісних орієнтацій) та опанування ним професійної діяльності.

Мета статті полягає в обґрунтуванні теоретико-методичних основ формування компетентнісного підходу в контексті професійної підготовки майбутніх учителів географії до краєзнавчо-туристської роботи.

Виклад основного матеріалу. Основними якостями особистості вважаються здатність самостійно, швидко, якісно й безперервно удосконалювати свою компетентність у справі, де «компетентність – динамічна комбінація знань, вмінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, яка визначає здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти» [4, с. 2]. О. Абдуліна [1], Л. Ільїна [5] результатом підготовки фахівця вважають професіоналізм, що визначається ступенем оволодіння ним сучасним змістом і найновішими засобами вирішення професійних завдань, продуктивними способами їх здійснення. Ми підтримуємо іншу думку науковців, які не відкидаючи значення професіоналізму, визначають результатом підготовки майбутніх учителів сформованість їх професійної компетентності. Адже саме професійна компетентність майбутнього вчителя географії передбачає володіння глибокими знаннями з конкретної галузі діяльності, стійку мотиваційно-емоційну установку на досягнення високого результату, розвиток здібностей, особистісні якості, вміння професійно бачити, розуміти, ставити і розв'язувати навчально-виховні проблеми.

Сьогодні існує проблема чіткості орієнтирів компетентнісного підходу у вищій педагогічній освіті, що пояснюється розробкою чи оптимізацією її стандартів. Г. Селевко відзначає, що компетентнісний підхід означає поступову переорієнтацію домінуючої освітньої парадигми з переважною трансляцією знань, формуванням навичок на створення умов для оволодіння комплексом компетенцій, що визначають потенціал, здатності випускника до виживання й стійкої життєдіяльності в умовах сучасного багато факторного соціально-політичного, інформаційно й комунікаційно-насиченого простору [11, с. 138].

Англійський психолог Джон Равен у своїй роботі «Компетентність у сучасному суспільстві» на основі психологічної теорії компетентності визначає її як внутрішню мотивовану характеристику, яка пов'язана з системою особистісних цінностей, уявлень й очікувань, що пов'язані з механізмами функціонування суспільства й роллю людини в ньому [10, с. 12]. У рекомендаціях Ради Європи з питань оновлення освіти компетентність визначено як мету і результат освітнього процесу, що сприяє ефективним діям особистості у життєвих та професійних ситуаціях. Українські дослідники компетентнісного підходу за рубежем О. Локшина, В. Луговий та інші вказують на те, що Рада Європи визначила п'ять ключових компетентностей, які необхідні кожному освіченому європейцю:

1) політичні і соціальні компетентності, які передбачають здатність брати на себе відповідальність, брати участь у спільному прийнятті рішень, сприяти вирішенню конфліктів ненасильницьким шляхом, брати участь у функціонуванні і поліпшенні демократичних інститутів;

2) компетентності, пов'язані з життям у багатокультурному суспільстві – поважне ставлення один до одного, розуміння, здатність жити в мирі з людьми інших національностей, культур, мов і релігій, вони визначають соціальну зрілість людини;

3) компетентності, які пов'язані з володінням усним та письмовим спілкуванням;

4) компетентності, пов'язані з розвитком інформаційного суспільства, тобто використання нових технологій, ефективне їх застосування тощо;

5) компетентності, що стосуються здатності й бажання вчитися протягом життя [7, с 19].

Європейською довідковою системою (2005), пропонується вісім найважливіших компетентностей: спілкування рідною мовою; спілкування іноземною мовою; математична компетентність та базові компетентності в галузі науки і техніки; цифрова компетентність; навчання вчитися; міжособистісна, міжкультурна й соціальна компетентності, громадянська компетентність; підприємливість; культурна ідентифікованість.

Компетентнісний підхід у вищій педагогічній освіті розглядається як організація освітнього процесу, в якому метою навчання студентів виступає набуття сукупності компетентностей (інтегральна, загальна програмна та спеціальна фахова), що визначаються як професійна компетентність.

Варто звернути увагу, на доробок багатьох вчених, які доводять, що місцем заснування компетентнісного підходу в освіті стали США в 60-х роках XX століття. До кінця XX століття ідея була підхвачена й європейськими країнами (Великобританія, Німеччина, Франція та ін.).

Наприклад, американський дослідник Девід Мак Клелланд ототожнив навички й властивості особистості, які існують поза когнітивними здібностями (самооцінка, саморегуляція, комунікація тощо) з складовими частинами компетентності, вказуючи, що саме вони прогнозують ефективність навчання, або виконання певної роботи. Його думку було розширено науковцями Англії, які до визна-

чення компетентності додали функціонального аспекту, який було покладено в основу«національної кваліфікаційної рамки» та в побудову системи навчання протягом життя: кожна особистість повинна вміти виконувати відповідну роботу й бути здатною продемонструвати високі стандарти в рамках своїх функціональних обов'язків на конкретному робочому місці [15, с. 24].

У Франції побутувала думка про компетентнісний підхід як потребу в розвитку індивідуальних поведінкових характеристиках [16, с. 82-83], що сприяло опису кваліфікаційних вимог засобом чітко визначених компетентностей. Отже, підходи щодо впровадження компетентнісного підходу у сферу вищої освіти в державах зарубіжжя розкривають можливі шляхи його утвердження в освітньому процесі в Україні, розкриваючи найактуальніші аспекти історичного досвіду.

Реорганізація й перегляд мережі закладів вищої освіти в Україні зумовлюють потребу в їх випереджальному інноваційному розвитку й створенні умов для самореалізації майбутнього фахівця, набуття ним вміння працювати в умовах оновленого суспільства [3, с. 3].

Результатом професійної підготовки майбутніх учителів географії до краєзнавчо-туристської роботи вважатимемо сформованість його професійної компетентності на основі компетентнісного підходу в освіті.Цей підхід у підготовці майбутнього вчителя є методологічною програмою, зорієнтованою на прогнозоване досягнення якісного результату освіти, генерування перспективних ідей і чинників, під впливом яких він складається, на вивчення краєзнавчих аспектів педагогічної діяльності, освоєння, реалізації креативних ідей та педагогічних технологій досягнення цього результату. Напрямами його використання у підготовці майбутніх учителів географії до краєзнавчо-туристської роботи вбачаємо: дидактичний – спрямований на формування їх знань і вмінь з краєзнавства і туризму; професійний – визначення здатності до діяльності через з'ясування рівня мотивації й готовності до даного виду роботи в нестандартних умовах туристського походу; креативний – дослідження рівня професіоналізму, інноваційного потенціалу; рефлексивний – вивчення сфери самосвідомості студента-географа й його самостійності у краєзнавчо-туристській роботі.

Намагаючись пояснити природу розмежування складових частин компетентності та компетентність в цілому звертаємо увагу на погляди зарубіжних й українських дослідників. Зокрема А. Хуторський складові частини компетентності визначає як «сукупність взаємозв'язаних якостей особи (знань, умінь, способів діяльності, досвіду) і є відчуженою, наперед заданою соціальною вимогою (нормою) до освітньої підготовки учня, необхідної для його якісної продуктивної діяльності в певній сфері» [13, с. 141], а компетентність як «сукупність особистісних якостей учня (ціннісно-змістовних орієнтацій, знань, умінь, навичок, здібностей), обумовлених досвідом його діяльності в певній соціально й індивідуально-значимій сфері» [14, с. 256].

В. Байденко, розробляючи державний циркуляр в компетентнісному форматі визначає складові частини компетентності як «здатність робити щось добре, ефективно в широкому форматі контекстів з високим ступенем саморегуляції, саморефлексії, самооцінки, з швидкою, гнучкою й адаптивною реакцією на динаміку обставин і середовища; відповідність кваліфікаційним характеристикам з урахуванням вимог локальних і регіональних потреб ринків праці; здатність виконувати особливі види діяльності й робіт у залежності від поставлених завдань, проблемних ситуацій» [2, с. 5]. Український науковець В. Луговий розмежовує ці поняття так: «Компетентність – інтегральна характеристика особистості, яка розкладається на диференціальні компетентності [8, с. 8].

Збільшення ролі краєзнавчо-туристичної роботи майбутніх учителів географії зумовлене тим, що в сучасних закладах вищої педагогічної освіти на неї звернено особливу увагу, відбуваються зміни методичної системи проведення краєзнавчо-туристичних досліджень у школі, постійне розширення сфери застосування краєзнавчої інформації й організація туристичних акцій в освіті [9, с. 3].

Тому курс на компетентнісний підхід до краєзнавчо-туристської роботи студентів-географів стає одним з головних векторів їх професійної підготовки. Доцільність опори на компетентнісний підхід вмотивована створенням умов для психологічної, теоретичної і практичної підготовки майбутнього вчителя географії до краєзнавчо-туристської роботи: якісно виконувати функції й завдання, моніторити результати за усталеними критеріями, зіставляти їх згідно з чинними соціальними, державними й освітніми вимогами. Відповідно до вимог компетентнісного підходу, мають бути створені педагогічні умови для трансформації набутих студентами знань у реальну професійну діяльність, що дає їм змогу адекватно й ефективно діяти під час краєзнавчих досліджень у специфічних умовах туристських походів.

О. Тімець фахову компетентність майбутнього вчителя географії, що на її думкуразом із психологічною, дидактичною, методичною, комунікативною й управлінською входить до складу професійної охарактеризувала так: це «інтегральна характеристика особистісного становлення майбутнього вчителя (наявність мотивації навчання й ціннісних орієнтацій) та опанування ним професійною діяльністю, що пов'язано зі здатністю осмислено засвоювати комплекс знань, умінь і способів діяльності з конкретного предмета (географії) й володіння логічними операціями (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення) з фундаментальних і спеціальних географічних дисциплін; уміння самостійно працювати, вести пошуково-дослідну діяльність у визначеному колі питань та прагнути до постійного професійно-особистісного розвитку» [12, с. 32].

Методологічна, теоретико-практична основа та реальні шляхи технологічного забезпечення компетентнісної освіти у вищій школі позиціонуються в сучасних психолого-педагогічних дослідженнях. Спільною для всіх науковців є думка про обов'язковість створення умов особистісно орієнтованого педагогічного процесу з суб'єктністю позиції студента у її структурі. З окресленого контексту можна виокремити проблему формування професійної компетентності майбутніх

учителів географії, що уможливлює становлення його як суб'єкта на етапі професійної підготовки, а також у процесі подальшого власного професійного становлення.

Отже, здійснення краєзнавчо-туристської роботи на засадах компетентнісного підходу – сукупність загальних принципів, визначення цілей даного виду роботи, відбір змісту краєзнавчо-туристської підготовки, організація освітнього процесу й оцінка освітніх результатів майбутніх учителів географії за інноваційними технологіями.

Висновки. Доцільність опори на компетентнісний підхід у підготовці майбутнього вчителя географії до краєзнавчо-туристської роботи визначена тим, що створюються умови для формування у нього психологічної, теоретичної і практичної готовності якісно виконувати її функції і завдання, моніторингу результатів за виробленими критеріями та зіставлення їх згідно з чинними соціальними, державними й освітніми вимогами. За вимогами компетентнісного підходу мають бути створені педагогічні умови для трансформації набутих студентами знань у реальну професійну діяльність, що дозволяє їм адекватно й ефективно діяти в специфічних умовах туристських походів.

Список літератури:

1. Абдуллина А.А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего образования / А.А Абдуллина. – М.: Просвещение, 1990. – 142 с.
2. Байденко В.И. Концептуальная модель государственных образовательных стандартов в компетентностном формате (дискуссионный вариант) : материалы ко второму заседанию методологического семинара / В.И. Байденко. – М.: Издательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004. – 19 с.
3. Браславська О.В. Компетентнісний підхід – сучасна платформа модернізації професійної підготовки майбутніх учителів / О.В. Браславська, І.Г. Рожі // Четверта Міжнародна науково-практична конференція «Модернізація освітнього середовища: проблеми та перспективи», 11-12 жовтня 2018 р. – Умань: ВПЦ «Візаві», 2018 р. – С. 17-20.
4. Булава Л.М. До укладання освітньо-професійних програм спеціалізації 014.8. Середня освіта (Географія) / Л.М. Булава // Освітні й наукові виміри географії : зб. матер. Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченої 25-річчю спеціальності «Географія» та 15-річчю кафедри географії та краєзнавства Полтавського національного педагогічного ун-ту імені В.Г. Короленка (м. Полтава, 25-26 квітня 2016 р.) / відп. ред. С.М. Шевчук. – Полтава: ТОВ «АСМІ», 2016. – С. 25-30.
5. Ильина Л.Н. К вопросу о профессионализме деятельности учителя физической культуры / Л.Н. Ильина // Теория и практика физической культуры. – 1994. – № 3-4. – С. 9-11.
6. Концепція розвитку професійної освіти в Україні : Проект // Освіта України. – 2003. – № 62-63. – 12 серпня. – С. 4.
7. Локшина О. Розвиток компетентністного підходу в освіті Європейського Союзу / О. Локшина // Шлях освіти. – 2007. – № 4. – С. 16-21.
8. Луговий В.І. Компетентності та компетенції : поняттєво-термінологічний дискурс / В.І. Луговий // Вища освіта України. – № 3 (додаток 1). – 2009 р. Тем. вип. «Педагогіка вищої школи : методологія, теорія, технології». – К.: Гнозис, 2009. – С. 8-14.
9. Рожі І.Г. Краєзнавчо-туристична робота в системі освіти / І.Г. Рожі, О.В. Браславська // Треті Сумські наукові географічні читання: збірник матеріалів української наукової конференції (Суми, 12-14 жовтня 2018 р.) / СумДПУ імені А.С. Макаренка, Сумський відділ Українського географічного товариства; [упорядник Корнус А.О.]. – Суми, 2018. – С. 17-19.
10. Равен Дж. Компетентность в современном обществе : выявление, развитие и реализация / Дж. Равен; пер. с англ. – М.: Когито-Центр, 2002. – 396 с.
11. Селевко Г. Компетентности и их классификация / Г. Селевко// Народное образование. – 2004. – № 4. – С. 138-143.
12. Тімець О.В. Формування фахової компетентності майбутнього вчителя географії у процесі професійної підготовки / О.В. Тімець // Монографія. – Умань: ВПЦ «Візаві», 2010. – 328 с.
13. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированой парадигмы образования / А.В. Хуторской // Народное образование. – 2003. – № 2. – С. 18-24.
14. Хуторской А.В. Компетентностный подход к моделированию последипломного образования / А.В. Хуторской, Л.Н. Хуторская // Теория и практика последипломного образования : сб. науч. статей / под ред. А.И. Жука. – Гродно: ГрГУ, 2003. – С. 256-260.
15. Cheetham G. Towards a holistic model of professional competence / G. Cheetham, G. Chivers // Journal of European Industrial Training, 20(5). – 1996. – P. 20-30.
16. Haddadj S. Introduction a la gestion des competences / S. Haddadj, D. Besson // Revue française de gestion. Janvier-février, 2000. – P. 82-83.

Браславская О.В., Рожи И.Г.
Уманский государственный педагогический университет
имени Павла Тычины

КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В КОНТЕКСТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ГЕОГРАФИИ К КРАЕВЕДЧЕСКО-ТУРИСТСКОЙ РАБОТЕ

Аннотация
В статье охарактеризовано профессиональную подготовку будущих учителей географии в краеведческо-туристической работе на основе компетентностного подхода. Отражено теоретическое развитие компетентностного подхода, как в педагогическом образовании так и в краеведческо-туристической работе. Рассмотрено труды отечественных и зарубежных авторов, которые рассматривали в своих работах данный вопрос. Описано направления компетентностного подхода в подготовке будущих учителей географии в краеведческо-туристической работе. Описано дефиниции трактовки компетенции, как в словарных изданиях так и в авторских работах ученых.
Ключевые слова: компетентностный подход, профессиональное образование, профессиональная подготовка, краеведческо-туристическая работа, будущий учитель географии, студент-географ.

Braslavska O.V., Rozhi I.H.
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

COMPETENCE BUILDING APPROACH IN CONTEXT OF PROFESSIONAL PREPARATION OF FUTURE TEACHERS OF GEOGRAPHY TO REGIONAL-TOURIST WORKS

Summary
The article describes the training of future teachers of geography for regional studies and tourism work on the basis of a competent approach. The theoretical development of a competent approach, both in pedagogical education and in regional studies and tourism work is shown. The article deals with the works of domestic and foreign authors who considered this issue in their works. Described directions of its use in the preparation of future geography teachers for regional studies and tourism work. The definitions of the interpretation of competence are described, both in the vocabulary and in the authors' works of the scientists.
Keywords: competency approach, vocational education, vocational training, regional tourism and tourism work, future geography teacher, student-geographer.

УДК 796

ТУРИСТСКО-ГЕОГРАФИЧЕСКОЕ РАЙОНИРОВАНИЕ ШЕСТОЙ ЧАСТИ СУШИ

Булашев А.Я., Женьцян Сан
Харьковская государственная академия физической культуры

В статье рассматривается вопрос создания туристского географического районирования шестой части суши, включая ряд стран (Россия, Прибалтика, Белоруссия, Украина, Молдавия, Кавказ, Казахстан, страны Средней Азии). Эта часть земной поверхности планеты активно осваивалась в XX веке и особенно во второй его половине. Располагая уникальными особенностями по рельефу, климату, гидрологии, поясному времени и др. она не имеет аналогов на земном шаре и привлекает десятки тысяч туристов и не только спортивных, что способствует взаимопониманию и укреплению дружбы и мира между народами.
Ключевые слова: спортивный туризм, путешествия, география, туристско-географическое районирование, зоны, районы, подрайоны, различные формы районирования, Украина, Китай.

Постановка проблемы, анализ последних исследований и публикаций. В 1988 году в издании ЦРИБ «Турист» (автор составитель С.Л. Герасимов) подготовлен очень удачный «Рекомендательный указатель литературы (1960–1986 гг.)», только по туристским походам около 1400 литературных источников. В основном разделе «Материалы для выбора и разработки маршрута» автор, очевидно учитывая огромность шестой части суши и связанные с этим различия между регионами по часовым поясам, рельефу и орографии, метеоусловиям, гидрологии, биоценозу и другим показателям, распределил литературу по 37 районам. Возможно, частично при

© Булашев А.Я., Женьцян Сан, 2019

этом использовав экономическое районирование, изложенное в 22-х томном издании «Советский Союз» (1972 г.), где указано 18 районов [13]. При анализе освоения 37 районов оказалось, что не все они равноценны и равнозначны для туристов. Вторая половина XX века была наиболее активна и продуктивна в спортивном туризме, что подтвердил анализ многочисленной литературы по спортивным походам. Безусловно, более полную информацию по этому вопросу можно получить по данным маршрутных комиссий всех рангов. После девяностых годов прошлого столетия, т.е. после распада СССР, республиканские федерации прекратили давать информацию, в частности и о спортивных походах в ЦМКК [7].

Областные федерации в Украине, многие из которых почти прекратили свое существование, не имея поддержки государственных и общественных структур. Да и украинская федерация спортивного туризма не имеет своего помещения, естественно нет и библиотеки специальной литературы и отчётов [3].

В «Рекомендательном указателе...» представлены руководящие материалы по самодеятельному (спортивному) туризму, литература по организации спортивных походов, учебные пособия и справочники, литература о работе туристских клубов и секций коллективов физкультуры. Указаны также источники по подготовке туристских кадров, организации туристских слетов и соревнований, детско-юношеского туризма [3]. Немало источников посвящено общественно-полезной деятельности туристов, охране окружающей среды и морально-этическим вопросам и, конечно, литература по технике, тактике и безопасности спортивных туристских походов по всем его видам. В 1993 году издана «Энциклопедия туриста» объемом 607 страниц. В подготовке этого уникального издания приняла участие большая группа ученых и специалистов по различным направлениям деятельности связанной с путешествиями и туризмом, а также многочисленный коллектив известных на тот период спортивных туристов. В первом разделе издания в алфавитном порядке помещены статьи, посвященные видам туризма, техническому обеспечению, безопасности и др. На странице 100 дано краткое пояснение туристскому районированию, которое, по мнению автора, выделяет районы с целью систематизации географической информации о туризме и выявления территориальной закономерности его развития. Туристское районирование позволяет получить целостное представление о состоянии, факторах и перспективах развития туризма на всех частях территории, сравнить их между собой, использовать эти сведения в планировании и управлении туризмом. Далее указывается, что при районировании туристском по совокупности районообразующих признаков выделяют территориальные единицы различного таксонометрического ранга: туристские зоны, районы, подрайоны и др. Районирование туристское может проводиться как для туризма в целом, так и для отдельных его видов. Учтены степень развития туризма в туристских районах, их значение и функциональная направленность (оздоровительная, познавательная, спортивная). Деление на познавательные, оздоровительные и спортивные функции условное и не совсем правильное. Любой спортивный поход от самых простых (некатегорийных) имеет все эти функции в большей или меньшей степени, что зависит от целей и задач спортивного похода [3].

Так что же такое районирование? В Словаре русского языка С.И. Ожегова (1972, с. 504) «Произвести деление на районы (административное, экологическое, т.п.); «Новейший словарь иностранных слов и выражений» (Минск, 2005 г., с. 670), «Районирование – разбивка территории на районы, распределение по районам, например с/х культур в зависимости от климата, погоды, почв и других факторов». Более пространное толкование этого понятия дано в Современной Иллюстрированной Энциклопедии. География (РОСМЕН, М., 2006 г., с. 425). – «Это сочетание признаков, позволяющее выделить комплексные или интегральные районы по характерным сочетаниям природных или общественных признаков. Результатом служит сеть районов, отражающая специфику районированного пространства. Обращаемся к карте «Туристское районирование» (с. 101), где красочно изображена территория шестой части суши и разбита на пять зон [12]:

1-я пригорно-морено-Кавказская – семь районов с подрайонами оздоровительно-познавательными и спортивно-оздоровительными функциями;

2-я – 13 районов с подрайонами оздоровительно-познавательными и оздоровительно-спортивно-познавательными функциями;

3-я – 7 районов с подрайонами спортивно-оздоровительными функциями;

4-я – 3 района с подрайонами спортивно-оздоровительно-познавательными функциями;

5-я – 4 района с подрайонами спортивными функциями.

Удивляет, каким образом часть Севера Европейской территории, район от излучины Обь с Иртышом, Енисей от Ангары, весь бассейн реки Лены и значительная часть Дальнего Востока (за исключением небольших участков Приполярного Урала, Путоран и Верхоянско-Черского района) оказались белым пятном на карте шестой части суши? Анализируя сотни литературных источников за вторую половину XX века пришел к выводу, что за этот период здесь побывали и прошли сложнейшие маршруты десятки и сотни групп.

В 1986 году ГУГК выпустило «Атлас СССР» [1] форматом 30 × 40 на 256 страниц. В атласе имеется около 120 карт в том числе 36 географических, 28 карт природы и 54 карты социально-экономические. Даны сведения об административно-территориальном составе союзных Республик, территории и численности населения всех административных районов, крупные города, моря, острова, проливы, крупнейшие реки, водохранилища, вершины, действующие вулканы (Камчатка, Курильские острова). Имеется указатель географических названий. На 20 картах (с. 173-199) представлены территории экономического районирования – большинство районов совпадает с нашим районированием. Имеются и карты, представляющие интерес для путешественников и туристов при подготовке и проведении маршрутов: тектоническая, сейсмическая и вулканы,

оледенении и многолетняя мерзлота, климатические, метеорологические, безморозный период и снежный покров, число дней со снежным покровом и его высота, карты лесов и растительности, ледовый режим, животный мир, охрана природы, населения, транспортная сеть и другое.

Районирование может быть различным, в зависимости от того, что нужно изобразить на карте и для кого, то есть для какой отрасли науки и практики или потребностей общества она предназначалась. Наука медицина – для чего здесь карта? В 1976 году, а затем повторно и 1983 г. вышел в свет необычный по своей тематике «Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР». В атласе два раздела: собственно атлас (127 карт) и текстовая часть, где дано описание лекарственных растений, характеристика, их ареалы и рисунки. Несомненно, это издание приносит пользу здравоохранению [13].

В 1971 году в издательстве ГУГК (Москва, 33 с.) издан атлас Мурманской области [2], где представлены общепринятые для всех географических атласов различные карты, знакомство с которыми дают представление об административном, общегеографическом и целом комплексе направлений. На последних 32 и 33 страницах помещены: физическая карта (м. 1: 2500000) и краткое описание 10 лыжных маршрутов от 1 до 5 к.с.; пешеходные (3) маршруты – 1-3 к.с.; водные, байдарочные (7) – 1-5 к.с.; велосипедные – 7 маршрутов и рекомендации по 6 автобусным маршрутам. Это и есть туристско-географическое районирование.

В 2013 году в издательстве «Освита Украины» в Одессе коллективом авторов подготовлена монография «Медицина туризма и путешествий» [9]. Это объемное (550 страниц) и красочное издание более 1300 фотографий о субтропических и тропических странах, а также более 200 фотографий различных наземных и морских обитателях, которые могут представлять опасность для человека. И это издание можно отнести к медико-географическому районированию.

Цель исследования – обосновать необходимость создания макета приемлемого варианта туристско-географического районирования одной шестой части суши.

Изложение основного материала. В 1988 году автором совместно с коллективом Харьковского государственного университета была разработана методика оценки природных условий для туристско-географического районирования Украины. Она заключается в оценке компонентов природной среды, дающей возможность определить категорию сложности преодолеваемых локальных и протяжённых препятствий, а также определить коэффициент перепада высот, автономность. Оценка отдельных компонентов природы позволяет перейти к региональным оценкам, на основании которых разработана схема туристско-географического районирования Украины. Специальная орографическая оценка территории выполняется при классификации пешеходных маршрутов по категориям сложности посредством такого морфометрического показателя, как перепад высот. Она характеризует район похода и физические затраты группы с точки зрения конкретно выбранного маршрута. Вершинная поверхность – это условная поверхность, которая простираясь в пространстве касается линии водораздела. Базисная поверхность – это такая условная поверхность, которая касается тальвегов долин соответствующих порядков.

Разность высот между ними в каждой данной точке соответствует относительной высоте современного рельефа. Это значение также можно использовать как показатель перепада высот данной точки. Кроме того, необходимо иметь средний показатель перепада высот, который можно было бы распространить на весь район. В этом случае удобно пользоваться разностью вершинной и базисной поверхности.

Метод построения карты высоты заключается в следующем: вычитая значения изобат, взятых на карте базисной поверхности, из значений изолиний вершинной поверхности данной территории, получают набор цифр. По равным значениям этих цифр проводят изолинии перепада высот. Таким образом разность высот вершинной и базисной поверхности, которые нашли свое отражение на карте перепада высот, дает представление об энергии рельефа, определяющее в свою очередь количество энергии, затраченной туристами для преодоления данного перепада высот [14].

Оценка климатических условий для целей туризма позволяет определить характер погоды для различных сезонов и в связи с этим условий организации туристских походов, гигиенические требования к одежде и обуви, сроки проведения походов и другое. Отделом климатологии института географии АН СССР рекомендована система методов, основанных на оценке погоды и климата для туристско-рекреационной деятельности. Среди них рассматривается комплексное воздействие метеорологических факторов (температура воздуха, продолжительность безморозного периода, влажность, осадки, опасные атмосферные явления).

Тепловые ресурсы Украины находятся в соответствии с поступлением солнечной радиации. Средняя температура января колеблется в пределах – 7,2° – + 2,3°С, июля + 18,3° – 23,3°С. Важным показателем для организации туристских походов в межсезонье является минимальная температура. С целью обеспечения безопасности спортивного похода необходимо учитывать опасные атмосферные явления: туманы, ливни, грозы, сильный ветер, пылевые бури).

Туристско-географическая оценка водных объектов является составной частью комплексной оценки естественных факторов, определяющих категорию сложности туристского спортивного похода. При туристско-географической оценке района учитываются такие показатели как густота речной сети, водность рек, а для определения сроков проведения похода – ледового режима на реках и озерах.

Туристско-географическая оценка почвенно-растительного покрова даёт возможность по особенностям подстилающей поверхности определить сложность на маршруте протяжённых и локальных препятствий.

Рассмотрение таких региональных показателей как лесистость, заболоченность позволяет

дать предварительную туристско-географическую оценку почвенно-растительного покрова.

Принципы построения классификации туристских маршрутов исходят из анализа и оценки природных условий конкретных территорий. Как в целом категорирование маршрутов, так и их организация и проведение, основаны учете и изучении местных природных условий. Коренное отличие природной обстановки различных регионов определяет не только структуру природных комплексов, но и критерии сложности при категорировании туристских маршрутов. Изучение вопросов дифференциации природных комплексов имеет научное и прикладное значение. Первое заключается в разработке схем природного районирования, второе в интерпретации этих материалов для хозяйственного использования данной территории.

В нашем примере для туристско-классификационного районирования использована схема физико-географического районирования Украины [3]. В ее основу положены многие принципы, среди которых определяющим можно выделить зонально-азональный. Этот принцип, лежащий в основе районной дифференциации, определяет выбор системы таксономических единиц районирования и включает группу зональных единиц – зон и подзон, группу зональных единиц стран и областей и группу зонально-азональных единиц – провинцию, район. Исходили из положения, что таксономические единицы физико-географического районирования, отражающее объективные закономерности природной дифференциации территории, не зависят от прикладных задач и не могут изменяться от целей хозяйственного использования территории. Целевое использование районирования в рамках решения конкретных социально-экономических задач осуществляется посредством оценивания природных регионов в рамках таксономических единиц районирования. Основываясь на этом, была сделана попытка выполнить графическое районирование Украины. В основу районирования положен оттеночный принцип. Он заключается в оценке регионов районирования с использованием основных методов и таксономических единиц физико-географического районирования для спортивного туризма при классификации маршрутов по категории сложности.

Таким образом, таксономические единицы туристско-географического районирования имеют двухчленный характер. Например: туристская зона, туристская область, туристская провинция. Такая система таксономических единиц обеспечивает объективность выполняемых работ, заложенных в природном районировании, а метод оценивания позволяет установить предварительное значение категории сложности, выделенных на схеме туристско-географического районирования таксономических единиц согласно нормативным требованиям спортивно-туристской классификации. Метод туристско-географического оценивания отдельных компонентов природной среды позволяет определить сложность локальных и протяженных препятствий на маршруте и сроки наиболее благоприятного проведения туристских маршрутов (табл. 1).

В 2002 году автором совместно с аспирантом из Китая Ма Цзинганом при подготовке последним диссертационной работы «Организационно-методические основы развития спортивно-оздоровительного туризма в Китае» было проведено туристско-географическое районирование Китая. При этом ставились следующие задачи:

– систематизировать имеющуюся географическую (рельеф местности, гидрография, климат, плотность населения, наличие и степень развития транспортных путей, природные, исторические, археологические, архитектурные и другие памятники и достопримечательности) информацию по районам (административным);

– выявить территориальные закономерности развития спортивно-оздоровительного туризма;

– на основании анализа определить туристские функции зон, районов для культивирования и развития в них различных форм и видов спортивно-оздоровительного туризма;

– получить целостное представление о состоянии, факторах и перспективах развития спортивно-оздоровительного туризма во всех регионах территории;

– дать сравнительную характеристику по зонам и районам и использовать полученные результаты для планирования и управления спортивно-оздоровительным туризмом.

В зависимости от физико-географических показателей, климатических факторов, наличия и значимости природных, исторических, культурных памятников и достопримечательностей и др. туристские зоны могут выполнять функции культурно-прикладного и спортивно-прикладного характера (табл. 2).

Каждое функциональное направление характеризуется приоритетными целями, что является главным при проведении туристских мероприятий: оздоровление, спорт или познание (повышение культурного уровня). Все выделенные зоны на наш взгляд в большей или меньшей степени располагают возможностями для выполнения указанных функций (рис. 1).

Выводы и предложения. На основании изучения и анализа специальной доступной литературы по вопросу и, не претендуя на завершенность своих умозаключений, предлагается как сигнальный вариант, следующее туристско-географическое районирование шестой части суши:

1. Европейский Северо-Запад.
2. Центральное Нечерноземье.
3. Центральный Черноземный район.
4. Прибалтика и Белоруссия.
5. Юг Европейской части (Украина, Крым, Молдавия).
6. Кавказ (Западный, Центральный, Восточный, Закавказье).
7. Урал (Полярный, Приполярный, Северный, Южный), Приуралье, Зауралье.
8. Казахстан.
9. Средняя Азия (Узбекистан, Киргизия, Таджикистан, Туркмения).
10. Западная Сибирь (бассейн реки Оби и Иртыша, Алтай).
11. Восточная Сибирь.
12. Дальний Восток.

Не уменьшая достоинств авторского коллектива, разработавших схему туристско-гео-

Таблица 1

Схема туристско-географического районирования Украины

		Система токсических единиц районирования				Категории сложности и сроки проведения походов							
		Природно-туристская область		Природно-туристская провинция		Пешеходный		Лыжный		Водный		Велосипедный	
		№	Наименование	№	Наименование	К.С.	Сроки проведения	К.С.	Сроки проведения	К.С.	Сроки проведения	К.С.	Сроки проведения
Равнинная страна	Смешанных лесов	1. Зона смешанных лесов											
		1.	Полесская низменность	1.	Волынская	II	10.03–1.01	I	1.01–25.02	I	1.04–30.11	I	30.03–15.11
				2.	Житомирская	II	15.03–15.12	I	15.12–1.03	I	1.04–30.11	I	30.03–15.11
				3.	Киевская	II	1.04–15.12	I	15.07–1.03	I	15.04–15.11	I	15.04–30.10
				4.	Черниговская	II	1.04–15.12	I	15.12–20.03	I	15.04–15.11	I	15.04–30.10
	Лесостепная	2. Лесостепная зона											
		2.	Волыно-Подольская возвышенность	1.	Волыно-Подольская	II	10.03–20.12	II	25.12–1.03	II	1.04–15.11	II	20.03–30.11
		3.	Приднепровская возвышенность	2.	Приднепровская	II	10.03–20.12	II	25.12–1.03	II	1.04–15.11	II	20.03–30.11
		4.	Днепровско-Донецкая низменность	3.	Днепровско-Донецкая	I	15.03–1.11	I	25.12–30.02	I	1.04–15.11	I	1.04–15.10
		5.	Среднерусская возвышенность	4.	Среднерусская	II	15.03–1.11	II	25.12–30.02	II	1.04–15.11	II	1.04–15.10
	Степная	3. Северная степная зона											
		6.	Волыно-Подольская возвышенность										
		7.	Подольская возвышенность	1.	Подольская Северостепная	I	Круглогодично	I	1.01–15.02	II	20.03–1.11	II	10.03–30.11
		8.	Приднепровская возвышенность	2.	Приднепровская Северостепная	I	Круглогодично	II	15.12–30.02	II	20.04–15.11	II	10.03–15.11
		9.	Днепровско-Донецкая низменность	3.	Днепровско-Донецкая Северостепная	I	Круглогодично	I	15.12–30.02	I	20.03–15.11	I	20.03–10.11
		10.	Среднерусская возвышенность	4.	Среднерусская Северостепная	II	Круглогодично	II	10.12–15.03	I	30.03–15.11	I	20.03–10.11
		11.	Донецкая низменность	5.	Донецкая Северостепная	II	Круглогодично	II	15.12–30.02	I	1.04–15.11	II	1.04–15.10
		12.	Приазовская низменность	6.	Приазовская Северостепная	I	Круглогодично	II	1.01–15.02	I	20.03–15.11	I	10.03–30.11
		4. Южная степная зона											
		13.	Причерноморская	1.	Причерноморская Южностепная	I	Круглогодично	I	1.01–1.02	I	15.03–20.11	I	1.03–30.11
				2.	Крымская Южностепная	I	Круглогодично	I	1.01–1.02	I	15.03–20.11	I	1.03–30.11
Горная страна		14.	Горный Крым	1.	Предгорная	II	Круглогодично					II	1.03–15.11
				2.	Главная Гряда	III	1.03–15.11	III	1.01–1.02			III	150.3–1.11
				3.	Южный берег Крыма	II	Круглогодично					II	Круглогодично
		15.	Украинские Карпаты	1.	Предкарпатская	II	10.03–15.12	II	15.12–15.03	II	15.03–15.11	II	1.03–1.12
				2.	Внешнекарпатская	III	1.04–30.11	II	1.12–20.03	II	15.03–15.11	III	1.03–1.12
				3.	Водораздельно-Верховинская	IV	30.04–1.11	IV	1.12–1.04	IV	30.03–30.11	IV	1.04–15.10
				4.	Полонинско-Черногорская	IV	30.04–1.11	IV	1.12–1.04	IV	30.03–30.11	IV	1.04–15.10
				5.	Чивчино-Раховская	IV	30.04–1.11	IV	1.12–1.04	IV	30.03–30.11	IV	1.04–15.10
				6.	Вулканических Карпат	II	15.04–15.11	II	1.12–1.03	III	15.03–15.11	II	1.03–1.11
				7.	Закарпатская	I	20.02–15.12	I	1.01–15.2	I	10.03–30.11	I	1.03–1.11

Таблица 2

Туристско-географические зоны Китая

№	Название зоны	Площадь (тыс. кв. км) / Население (млн. чел.)	Провинции, авт. районы, г. центр. подчинен, особ. админ. район.	Экскурсионные объекты	
				Государств.	Местные
1.	Северо-восточная зона	1347 / 132,5	4	11	64
2.	Центрально-восточная зона	1770 / 516	15	49	241
3.	Юго-восточная зона	1458 / 347	12	48	220
4.	Северо-западная зона	2376 / 39	3	4	34
5.	Юго-западная зона	1940 / 7,5	2	Ё2	31

Рис. 1. Туристско-географическое районирование Китая

графического районирования в издании «Энциклопедия туриста», можно надеяться, что в дальнейшем к изучению затронутой темы подключатся и практики спортивно-оздоровительного туризма.

Ведь даже самое образное слово не даёт такого наглядного представления о месте событий как карта. Атласов и карт ежегодно издаётся ГУГКом более 1000 наименований. Картографические произведения несут такой объём справочно-информационного материала, которым не располагает ни одно другое печатное издание. Важно, чтобы люди ещё со школьной скамьи научились пользоваться картами, и тогда они будут для них незаменимыми помощниками и советчиками в работе, учебе и путешествиях.

Список литературы:

1. Атлас СССР. ГУГК СМ СССР. М.: ГУГК, 1971. 258 с.
2. Атлас Мурманской области. М.: ГУГК, 1971. 33 с.
3. Булашев А.Я., Кобченко Ю.Ф., Зеленин С.М., Токарь С.А. Туристско-географическое районирование Украины. Харьков: Украина, 1988. 26 с.
4. Булашев А.Я., Цзиньган Ма. К вопросу туристско-географического районирования Китая. Слобожанский научно-спортивный вестник. Харьков: ХДАФК, 2003. Вып. 6. С. 156-159.
5. Берлянд А.М. Картографический метод исследования. М.: Изд-во. Моск. ун-та, 1978. 55 с.
6. Винокурова В.Т. Рекреационная специализация физико-географических районов. М.: Наука, 1986. С. 23-31.
7. Ганопольский В.И. Туристско-классификационное районирование СССР для целей спортивного туризма. Районирование для целей организации отдыха и туризма. М.: Наука, 1986. С. 117-127.
8. Лиханов Б.Н. Рекреационное районирование. География рекреационных систем СССР. М.: Наука, 1980. С. 37-45.
9. Медицина туризма и путешествий. Одесса: Освіта України, 2013. 550 с.
10. Свешников В.В. Картографические методы исследования туристских ресурсов. Рекреационные ресурсы и методы их исследования. М., 1981. С. 35-42.
11. Салищев К.А. Картоведение. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. С. 285-319.
12. Современная иллюстрированная энциклопедия. География. М.: РОСМЕН, 2006. 611 с.
13. Советский Союз. Географическое описание в 22-х томах. М.: Мысль, 1967-1972. Т. Общий обзор. 814 с.
14. Филипкович Л.С. Картографическое моделирование при изучении территориальных рекреационных систем: автореф. дис. ... канд. географ. наук. М., 1980. 21 с.
15. Энциклопедия туриста. Научное изд-во. Большая Российская энциклопедия. М., 1993. 608 с.

Булашев О.Я., Женьцян Сан
Харківська державна академія фізичної культури

ТУРИСТСЬКО-ГЕОГРАФІЧНЕ РАЙОНУВАННЯ ШОСТОЇ ЧАСТИНИ СУШІ

Анотація
У статті розглядається питання створення туристсько-географічного районування шостої частини суші, включаючи низку країн (Росія, Прибалтика, Білорусія, Україна, Молдавія, Кавказ, Казахстан, країни Середньої Азії). Ця частина земної поверхні планети активно освоювалася в XX повіці і особливо в другій його половині. Маючи в розпорядженні унікальні особливості по рельєфу, клімату, гідрології, поясному часу та ін., вона не має аналогів на земній кулі і притягає десятки тисяч туристів і не лише спортивних, що сприяє взаєморозумінню і зміцненню дружби і світу між народами.
Ключові слова: спортивний туризм, подорожі, географія, туристсько-географічне районування, зони, райони, підрайони, різні форми районування, Україна, Китай.

Bulashev A.Ya., Zhen'tsyan San
Kharkov State Academy of Physical Culture

TOURIST-GEOGRAPHICAL DISTRICTING OF SIXTH OF DRY LAND

Summary
The question of creation of the tourist geographical districting of sixth of dry spell is examined in the article, including the row of countries (Russia, the Baltic States, Belorussia, Ukraine, Moldavia, Caucasus, Kazakhstan, countries of Middle Asia). This part of earth surface of planet actively accustomed in XX eyelid and especially in his second half. Disposing unique features on relief, climate, hydrology, she does not have analogues zone time of and other on earth and attracts ten of thousands of tourists and not only sport, that assists the mutual understanding and strengthening of friendship and world between people.
Keywords: sports tourism, travels, geography, tourist geographical regionalization, zones, regions, subregions, various forms of regionalization, Ukraine, China.

UDC 338.48:336.1:351:64

THE MAIN DESTINATIONS OF HEALTH TOURISM IN VINNYTSIA REGION

Hladkyi O., Asanov Edem
Kyiv National University of Trade and Economics

The main destinations of health tourism development in Vinnitska region of Ukraine are disclosed. The development «Podillya» sanatorium, children's health-improving boarding house «Dnister», medical center for the rehabilitation of railwaymen is located in the city of Khmelnik, Sanatorium «Birch grove", Sanatorium «Sokilets», sanatorium «Radon» as well as Khmilnyk trade union sanatorium is investigated. The SWOT-analysis of the market of health-improving tourism in Vinnytsia region is proposed. The number room and rates for trips to different resortin Vinnytsia region is explored. The different methods of treatment practiced is substantiated.
Keywords: Vinnytsia region, health tourism, touristic destinations, SWOT-analysis, medical treatment.

Introduction. Vinnytsia regionhave a wealth of recreational and tourist potential, which, when effectively used, can not only lead to the revival of recreational and tourist complexes, but also give impetus to the development of the entire national economy. Worldwide practice has shown that, under effective public administration, tourism is capable of producing tangible positive results for both individual regions and for states as a whole.

Analysis of latest investigation and publication. This paper is based on the laws and regulations of Ukraine in the field of tourism, the work of leading domestic, foreign scientists and specialists in the field of tourism, data of statistical collections and published in periodicals and online Internet materials related to tourism development and the effectiveness of tourism destinations as well as statistics from the Main Department of Statistics, which reflect the characteristics of the tourism industry. Problems and the nature and development of regional markets and product areas dedicated to tourism many scientific investigations b s and publications and national and foreign scientists, among which are the works of local authors Beydyk O.O., Bochana I., Zabaldinoyi Yu., Kifiak V. and others.

The unsolved parts of this problem. In modern Ukrainian realities, tourist complexes in Vinnitska regionhave a number of serious problems: low quality of recreational and tourist services, weak infrastructure, high level of depreciation of fixed assets, instability (or even stagnation) in the development of domestic and inbound tourism. The development of an effective system of strategic management and state regulation of regional tourism products at the local and state levels with the same goal, strategy and implementation program can be changed.

The aim of this paper is to investigate the main destinations of health tourism in Vinnitska regionas well as to develop strategic approaches to promote their tourist product to the international market.

The main paper. There are 14 sanatoriums in Vinnitska region, including 7 children's, 9 sanatorium-dispensaries, from the house and 7 recreation centers, 30 children's camps for rest. Well known in Ukraine and far beyond its borders, the resort «Khmilnik» (6 sanatoriums), where people with various pathologies, and in the first place – osteochondrosis, are successfully treated with the use of mineral-medicinal water "Radon" of high mineralization. Nemirovsky sanatorium «Avangard» carries out treatment in specialized departments: post-optic, pulmonologic and pathology of pregnancy of women. Sanatoria are equipped with modern medical diagnostic equipment, have high climatic and balneological indicators.

Consider the most well-known sanatorium and resort establishments of Vinnytsia region, which form the basis for the development of health-improving tourism.

1. The «Podillya» sanatorium is located in the forest massif, most of which are coniferous species of trees. The area of the forest park is 10 hectares.

In the area of the forest park there is a lake. The sanatorium is designed for 610 beds [7]. Sanatorium «Podillya» is a balneological resort of state importance.

The sanatorium specializes in the treatment of diseases of the musculoskeletal system, the cardiovascular system, the nervous system, respiratory organs, skin diseases, and the endocrine system. Medical base: medical and diagnostic body; balneology hospital; peat hospital; sports and recreation complex with gymnasium and swimming pools; radio room; cabin of electrogalvanizing treatment; a cabinet of dry carbonic baths; dentist's office; massage room; ingalatorium; solarium.

Methods of treatment practiced at the «Podillya» sanatorium: peat applications; Electrotherapy; therapeutic massage; diadynamic current; microwave and magnetic therapy; hydrotherapy; hydrocolonolase therapy; hirudotherapy (treatment by medical leeches); speleotherapy [7]. The number of the sanatorium is represented by different categories of rooms (Table 1).

2. The children's health-improving boarding house «Dnister» is located in the city of Mohyliv-Podilsky, Vinnitsa region.Sanatorium profile – treatment of the upper respiratory tract and lungs. Therapeutic base of the boarding house «Dnister»: Aromatherapy room for the treatment of diseases by inhalation of medicinal herbs (lavender, sage, fir, eucalyptus, etc.); massage room; room for manual therapy; a gym for conducting physical therapy classes; Physiotherapy department; the department of hydropathics; camera; paraffin-ozokerite separation; Inhaler.

Methods of treatment in the boarding house «Dnister»: high and low-dispersed aerosols are heated; antibiotics; decoctions of medicinal herbs [8]. The room is 2 or 4 beds. Cases are equipped

© Hladkyi O., Asanov Edem, 2019

Table 1

Number room and rates for trips to the Podillya resort

Nop	Category of rooms	Specifics	Cost, UAH per person
1.	Economy class double room	The room has a TV, a bathroom with toilet and washbasin	285-00
2.	Economy class superior double room	The room has a TV, a bathroom with toilet, a washbasin and a shower	300-00
3.	Standard Double	The room has a TV, a bathroom with toilet, a washbasin and a shower	335-00
4.	Junior Suite Double	The room has a fridge, TV, bathroom with toilet, washbasin and shower.	350-00
5.	Junior Suite Single	The room has a fridge, TV, bathroom with toilet, washbasin and shower.	465-00
6.	Junior Suite is upgraded. Double room	Room with two rooms. The room has a fridge, TV, bathroom with toilet, washbasin and shower.	425-00
7.	Junior Suite Superior Single	Room with two rooms. The room has a fridge, TV, bathroom with toilet, washbasin and shower.	545-00
8.	Suite Double	Room with two rooms. The room has a fridge, TV, bathroom with toilet, washbasin.	470-00
9.	Suite is single room	Room with two rooms. The room has a fridge, TV, bathroom with toilet, washbasin.	630-00

Source: [7]

with showers, rooms for personal hygiene, in the boarding house there is a laundry. Organized five times dietary meals.

3. The medical center for the rehabilitation of railwaymen is located in the city of Khmelnik, Vinnytsia region. Sanatorium profile: – treatment of diseases and injuries of the musculoskeletal system (joints, muscles, tendons, bones, etc.); – treatment of metabolic diseases and endocrine system: diabetes mellitus (mild and moderate) in the compensation stage; gout, uric acid diathesis; Obesity of the I-II degree with insufficiency of blood circulation is not higher and stage [9]. – Burn disease treatment: rehabilitation with the predominant lesion of the skin, cardiovascular system, digestive organs; rehabilitation of patients with post-defective deformations, hypertrophic scars; psychocorrection of burn patients.

Medical facilities of the sanatorium: 30 common baths, 10 of which with facilities for underwater massage shower; pool for underwater stretching of the spine in radon water; vortex baths; oxygen baths; installation for gum hydromassage; equipment for vaginal irrigation; Room for hydropathy (Sharko's shower, circular and rising souls). Methods of treatment: mud applications; hardware physiotherapy; Balneotherapy and mud therapy [9]. The number of the sanatorium consists of one, two and three-bed rooms, rooms «Suite», VIP-apartmentsin a separate building.

4. Sanatorium «Birch grove» is located in a picturesque forest area within the city-resort of Khmelnik of the Vinnytsia region, at a distance of 4 km from the city center. Sanatorium profile – diseases of bones, muscles, tendons, diseases of the skin, diseases of the nervous system, diseases of the musculoskeletal system, diseases of the cardiovascular system, neurosis and neurasthenia, trauma of the spine and spinal cord. Methods of treatment at the «Birch grove» sanatorium: radon baths from local natural sources; mud treatment; ozokerite and paraffin wraps; light therapy; therapeutic saunas: ultra-low temperatures (cryosauna); infrared sauna; Various types of massage: from classic to exclusive – chakra-stone, marble marine and semi-precious stones; lymphatic drainage of the face [5].

Medical facilities of the sanatorium: Modern laboratory diagnostic equipment; vacuum hydromassage laser cabin; dry carbonaceous bath; computer system for pulling the spine; shock-wave installation. The number of the sanatorium «Birch grove» is composed of the following categories of rooms: Apartments – fireplace with barbecue facilities, minibar, kitchenette, fridge, satellite TV, separate bathroom / WC, shower, washbasin, bidet; Suite – fridge, satellite TV, separate bathroom / WC, bath sink; Junior suite – fridge, satellite TV, WC, shower, washbasin; Standard – refrigerator satellite TV, WC, shower, washbasin [5].

5. Sanatorium «Sokilets» is located on the steep bank of the Southern Bug, 15 kilometers from the city of Nemirov [4]. Sanatorium profile – treatment of diseases of the respiratory organs, musculoskeletal system, treatment of concomitant diseases, circulatory system, digestive organs, urinary system, nervous system.

Medical facilities of the sanatorium: Hydrotherapy room; Therapeutic cabinet; Cabinet of electrotherapy; Cabinet of laser therapy; Massage room; Hall for physical education; Speleocamera [6].

6. The sanatorium «Radon» is located in Khmilnyk city. Specializes in the treatment of the nervous system, the cardiovascular system, the musculoskeletal system, the endocrine system. Consider the options for placing on the prices for tickets to the sanatorium «Radon» in the Table 2.

7. The Khmilnyk trade union sanatorium is located in the forest, not far from the city of Khmelnik, Vinnitsa region.

In the sanatorium, the following diseases are treated: diseases of the musculoskeletal system; diseases of the nervous system; respiratory diseases; diseases of the female genital organs; diseases of the endocrine system and metabolic disorders (diabetes mellitus, obesity), skin and subcutaneous tissue disorders (including burns) [10].

Medical base of sanatorium «Khmilnyk trade union»: Clinical and biochemical laboratory (computer diagnostics, neurofunctional, ultrasound di-

Table 2

Rooms of the Radon sanatorium and the cost of permits (per person)

Room type	Price per person for single accommodation	Price per person for two beds	The cost of the trip (without treatment) for children from 7 to 12 years old in the main place
RADON TWIN (accommodation of 2 people in 2 double rooms with 2 beds)	605	420	280
RADON STANDART (accommodation of 2 people in a room with a double bed)	605	420	280
RADON STANDART + (Superior Double)	775	495	350
RADON VIP (2-bed room)	935	665	495
RADON TWIN (accommodation of 2 people in a double room with 2 beds) 3 building	495	330	200

Source: [10]

agnostics, X-ray rooms, rooms of the room); bathroom compartment (carbonic, mineral, magnetic baths); pool Hydrokinesiotherapy, underwater vertical vertical stretching of the spine, hydropathic cabin for radon water; Zbruchanska mineral water tank. Prices for trips at Khmelnyk trade union sanatorium depend on the profile of treatment and the chosen accommodation option (Table 3).

Taking into account the research of various aspects of the development of health-improving tourism in Vinnytsia region, it can be said that in the first place, the field of health-improving tourism is being built on the basis of existing natural potential, which within the region is quite attractive. However, one potential is not enough, therefore, a network of sanatorium and spa establishments was created in Vinnytsia region, which successfully use existing resources in their activities. Taking into account all aspects of the development of health-improving tourism in Vinnytsia region, we can draw up a SWOT analysis matrix, which characterizes the situation on the market of health-improving tourism in Vinnytsia region (Table 4).

So, as the research shows, Vinnytsya Region has a strong natural resource potential and material and technical basis for the development of health-improving tourism. On the basis of existing recreational resources in Vinnitsa region a network of sanatorium and health resorts has been established that specialize in the treatment of a wide

Table 3

Prices for tickets at the sanatorium «Khmilnyk trade union

Room categories and treatment profiles	1 day (price, UAH)
1 Treatment of organs of support, movement and nervous system	
"Economy class" 1-room double room	325.00
"Superior comfort"	
1-room double room	465.00
1-room double room	360.00
1-room double room (family bed)	360.00
"Suite"	
1-room 2-bed (family bed)	385.00
1-room 1-bed room	485.00
2-room 1-bed room	675.00
2-room 2-bed room	480.00
"Lux" +	
1-room 1-bed room	535.00
1-room 2-bed (family bed)	410.00
2-room 1-bed room	740.00
2-room 2-bed room	515.00
"Apartment"	
2-room 1-bed room with kitchen	825.00
2-room 2-bed room with kitchen	565.00
2 Specialized treatment	
"Economy class"	
– cardiological, cerebrovascular department 2-bed room	365.00
– Diabetic department Double room	355.00
– rehabilitation of the organs of the musculoskeletal system double room	325.00

Source: [10]

Table 4

SWOT – analysis of the market of health-improving tourism in Vinnytsia region

Strengths	Weak sides
– availability of services; – Individual approach; – a wide range of facilities and services; – wide specialization of local sanatorium and spa establishments; – Favorable natural factors; – Favorable legislation in certain industries; -favorable geographical position of the region; – Ethnic diversity; – Availability of the material and technical base of the recreational complex; – Ability to develop a full range of tourist products; – Location in the geographical center of Europe; – Favorable ecological situation; – Powerful bandwidth.	– unfavorable political and economic situation; – insufficient level of tourist infrastructure; – investment risks; – insufficient level of tourist service; – high competition from foreign players; – Abandoned state of historical and cultural monuments – Weak diversification of tourist offer; – Lack of systemic development in the field of industry; – Lack of initiative in creating image and branding; – Permanent reorganization of the management apparatus.
Opportunities	**Threats**
– Diversification of the tourist offer;	– Instability of the economic situation; – Instability of the political situation; – The need to create a competitive tourist product in the field of health and wellness tourism; – Lack of strategies for the development of the market of health and recreation tourism in Vinnytsia region.
– Growth of the world and regional markets for medical tourism;	
– Use of innovative approaches and the latest technologies;	
– Creation and implementation of tourism development programs on a regional basis;	
– Systemic and phased approach to program implementation;	
– Development, proposal and realization of investment projects on development of the market of health-improving tourism;	
– Development of cross-border tourism cooperation;	
– Improvement of the legislative framework;	
– Promotion of tourism product of medical and health tourism on the international market;	
– Activation of domestic tourism.	

Source: Prepared by Asanov Edem based on [1; 2; 3]

range of diseases. Resorts of Vinnitsa are equipped with modern equipment, the number of sanatorium facilities is in good condition and is constantly updated. Thus, we can state that the resorts of Vinnytsia region can become a worthy player in the market of health and wellness tourism in Europe , but for this purpose it is necessary to develop qualitative strategic approaches to the development and popularization of this area of tourism.

Conclusions. The territory of the Vinnytsia region has a significant natural and resource potential for the development of various kinds of health-improving tourism. Such potential is the basis for creating within the limits of the Vinnytsia region the distribution of health-improving tourism and its promotion in foreign markets.

Vinnitschyna has a strong natural resource potential and material and technical base for the development of health-improving tourism. On the basis of existing recreational resources in Vinnitsa region a network of sanatorium and health resorts has been established that specialize in the treatment of a wide range of diseases. Resorts of Vinnitsa are equipped with modern equipment; the number of sanatorium facilities is in good condition and is constantly updated. Thus, we can state that the resorts of Vinnytsia region can become a worthy player in the market of health and wellness tourism in Europe, but for this purpose it is necessary to develop qualitative strategic approaches to the development and popularization of this area of tourism.

References:

1. Beydyk O.O., Novosad N.O. Factors of formation of tourist regions and centers of inbound tourism of Ukraine. Problems of International Tourism: Sb. sciences works. – Kyiv: SPNV, 2010. – P. 285-299.
2. Bochan I.O. Technology of tourism: a textbook for the studio. I.O. Bochan, M.F. Tsimbalyuk, V.M. Tsimbalyuk. – L., 2011. – 419 p.
3. Kifiak V.G. Organization of tourism activity in Ukraine / V.G. Kifyak. – Czerny these: Karpaty, 2003. – 312 p.
4. Official website of «Avangard» sanatorium. – [Electronic resource]. – Access mode: http://sanatoriy-avangard.com/
5. Official website of the sanatorium «Birch grove». – [Electronic resource]. – Access mode: http://sanatory.vn.ua
6. Official website of the sanatorium «Sokilets». – [Electronic resource]. – Access mode: http://ukrzdrav.com/dp-sanatorij-sokilets.html
7. Official website of the Podillya sanatorium. – [Electronic resource]. – Access mode: http://radon.com.ua/ru/
8. The official website of the sanatorium «Dniester». – [Electronic resource]. – Access mode: http://tourpalata.org.ua/rus/basy_sanatoriy-43-390/dnestr.html
9. The official website of the sanatorium «Khmilnyk union». – [Electronic resource]. – Access mode: https://zahid.travel/ua/sanatoriy-hmelnik/?gclid=EAIaIQobChMIxvbJ6v7n3gIVyrYYCh0EYgtSEAAYAyAAEgKvEPD_BwE
10. The official website of the sanatorium «Radon». – [Electronic resource]. – Access mode: http://radon.hm.ua

Гладкий О., Асанов Едем
Київський національний торговельно-економічний університет

ОСНОВНІ ДЕСТИНАЦІЇ HEALTH ТУРИЗМУ ВІННИЦЬКОЇ ОБЛАСТІ

Анотація
Розкрито основні напрямки розвитку health туризму у Вінницькій області України. Окреслено напрямки розвитку санаторію «Поділля», дитячого оздоровчого пансіонату «Дністер», медичного центру для реабілітації залізничників у м. Хмільник, санаторію «Березовий гай», санаторію «Сокілець», санаторію «Радон» м. Хмільник. Проведено SWOT-аналіз ринку health туризму у Вінницькій області. Досліджено кількість номерів та тарифи на поїздки на різні курорти Вінницької області. Обґрунтовано різні методи лікування.
Ключові слова: Вінницька область, health туризм, туристичні напрямки, SWOT-аналіз, медичне лікування.

Гладкий А., Асанов Эдем
Киевский национальный торгово-экономический университет

ОСНОВНЫЕ ДЕСТИНАЦИИ HEALTH ТУРИЗМА ВИННИЦКОЙ ОБЛАСТИ

Аннотация
Раскрыты основные направления развития health туризма в Винницкой области Украины. Охарактеризованы направления развития санатория «Подолье», детского оздоровительного пансионата «Днестр», медицинского центра реабилитации железнодорожников в городе Хмельник, санатория «Березовая роща», санатория «Соколец», санатория «Радон», а также профсоюзного санатория «Хмельник». Проведен SWOT-анализ рынка health туризма Винницкой области. Исследованы особенности номерного фонда и расценок на поездки в различные санатории Винницкой области. Обоснованы различные методы лечения.
Ключевые слова: Винницкая область, health туризм, туристические направления, SWOT-анализ, лечение.

УДК 796.071.4:378.047:37.091.12

ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ СТРАТЕГІЙ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ ТУРИСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ НА ЗАСАДАХ МІЖДИСЦИПЛІНАРНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ

Конох А.П., Маковецька Н.В., Конох А.А.
Запорізький національний університет

У статті здійснено теоретичний аналіз ролі міждисциплінарної інтеграції у формуванні індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів туристичної галузі. Уточнено сутність поняття «здоров'язбереження» як інтегративного особистісного утворення, яке характеризується наявністю знань про норми і цінності різних аспектів здоров'я. Обґрунтовано, що формування культури здоров'я вимагає проведення комплексних цільових досліджень причин існуючого стану речей сучасного студентського середовища, підвищення рівня знань студентів щодо особливостей формування, збереження і зміцнення здоров'я та здорового способу життя, впровадження норм останнього в повсякденну практику, викорінення легковажного чи, навіть, безвідповідального ставлення до цих цінностей.
Ключові слова: студент, майбутній бакалавр, здоров'я, здоров'язбереження, туристична галузь, інтеграційні процеси в вузі, міждисциплінарна інтеграція.

Постановка проблеми. Здоров'язбереження та формування здорового способу життя підростаючого покоління є однією з глобальних проблем сучасного суспільства. Насамперед це пояснюється стійкими негативними тенденціями стану здоров'я дітей і підлітків. Сьогодні майже 90% дітей, учнів і студентів мають відхилення здоров'я, понад 50% – незадовільну фізичну підготовку. В останні роки за період навчання в школі кількість хронічних захворювань у дітей збільшується в 1,5-2 рази [6]. Ця проблема зумовлена, насамперед, швидким поглибленням демографічної кризи і розвитком депопуляційних процесів в Україні, що можуть уповільнити і навіть зупинити соціально-економічний розвиток суспільства. Серед причин кризового стану – соціально-економічна та психологічна кризи, неефективна стратегія охорони здоров'я і недоліки в організації системи освіти, що зумовлюють психоемоційне перевантаження і недостатню рухову активність молоді. Окрім цього, важливу роль у розвитку негативних тенденцій відіграє низький рівень культури здоров'я і відсутність знань щодо здорового способу життя та профілактики здоров'я.

Соціально-політичні й економічні зміни, що відбуваються в Україні, поставили педагогів пе-

© Конох А.П., Маковецька Н.В., Конох А.А., 2019

ред гострою необхідністю критичної переоцінки науково-теоретичних основ системи виховання, орієнтованості їх на формування духовних потреб, здорових звичок, фізичного загартування та збереження здоров'я дітей та молоді.

Теоретичним підґрунтям розвитку фізичного виховання є роботи відомих учених: А. Волошина, О. Духновича, А. Макаренка, С. Русової, С.Сірополка, В. Сухомлинського, К. Ушинського та ін. Аналіз науково-методичних джерел свідчить про те, що для оптимізації процесу здоров'язбереження молоді у навчальних закладах фізичне виховання має посідати одне із провідних місць (В. Добринський, О. Вишневський). Поділяються думки багатьох педагогів-класиків (В. Бехтерева, П. Каптерева, Я. Коменського, П. Лесгафта, Г. Песталоцці, М. Пирогова, Ж.-Ж. Руссо, Г. Сковороди, В. Сухомлинського, А. Макаренко, К. Ушинського, С. Френе, Р. Штайнера та ін.), так і сучасних науковців (В. Бобрицької, Є. Вайнера, Т. Волченської, Г. Зайцева, Е. Казіна, О. Іонової, Ю. Науменка, О. Савченко, Г. Серікова, С. Серікова, С. Сисоєвої та ін.) стосовно того, що розв'язання проблеми забезпечення збереження й формування здоров'я дітей та молоді лежить у площині побудови навчально-виховного процесу відповідно до цілей і принципів гуманістичної освіти [6].

Проблема здоров'язбереження і цілеспрямованого формування здорового способу життя майбутніх бакалаврів туристичної галузі значима й актуальна, оскільки від стану їх здоров'я залежить якість життя.

Саме тому перед вищими навчальними закладами постає завдання підготовки студентів з питань зміцнення фізичного і психічного здоров'я, оволодіння кожним з них певним мінімумом знань і вмінь, необхідних для оптимізації особистого здоров'я і гармонійного розвитку. Очевидно, що від сформованості в бакалаврів туризму в рамках навчально-освітнього процесу моделі поведінки буде залежати подальша їх діяльність по перетворенню особистого здоров'я, збереженню його потенціалу.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Аналіз ситуації, що склалася на сьогодні показує, що студенти недостатньо чітко усвідомлюють залежність здоров'я від способу життя, слабо володіють навичками самоаналізу, самооцінки способу життя і стану здоров'я, самостійної діяльності по його збереженню і зміцненню. Ставлення до здоров'я, як самостійної педагогічної проблеми гуманітарного знання – явище поки що більш бажане, ніж дійсне. Метою реалізації власної стратегії здоров'язбереження студента повинно бути усвідомлення себе складовою біологічної та соціальної сфер, розуміння того, що свій спосіб життя потрібно підпорядковувати інтересам систем вищого рівня [1, с. 123]. В цьому контексті слушним є таке висловлення С. Гончаренка: «сучасне суспільство потребує професіоналів, чиє мислення не обмежене лише спеціальними знаннями, а має риси універсалізму, фундаментальності й духовно-моральну основу» [4, с. 3]. Вчений стверджує, що вирішення проблеми підготовки фахівців, здатних до збереження власного здоров'я і ощадливого ставлення до довкілля, лежить у межах завдань професійної підготовки і якщо ж вищі навчальні заклади нехтуватимуть цією необхідністю то «будуть нові Чорнобилі, аварії підводних човнів, Скнилівські трагедії та інші техногенні і соціальні катастрофи» [4, с. 3].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Актуальність проблеми здоров'язбереження зумовлена, насамперед, швидким поглибленням демографічної кризи і розвитком депопуляційних процесів в Україні, що можуть уповільнити і навіть зупинити соціально-економічний розвиток суспільства. Серед причин кризового стану – соціально-економічна та психологічна кризи, неефективна стратегія охорони здоров'я і недоліки в організації системи освіти, що призводять до психоемоційного перевантаження і недостатньої рухової активності студентів. Окрім цього, важливу роль у розвитку негативних тенденцій відіграє низький рівень культури здоров'я і відсутність знань щодо здорового способу життя та профілактики здоров'я. Майбутні бакалаври туристської галузі не завжди готові до здоров'язберігаючої діяльності, мають низький рівень здоров'я і майже не піклуються про його збереження. Сучасні тенденції освіти в Україні спрямовані на підготовку студентів як професійно кваліфікованих фахівців, виховання культури їхнього здоров'я. Професійна підготовка майбутніх бакалаврів туристської галузі вимагає формування в них культури здорового способу життя, оскільки, здоров'я є основою їх діяльності.

Аналіз стану здоров'я студентів засвідчує, що мало хто з них є абсолютно здоровим (В. Бакштанський, В. Оржеховська, С. Омельченко, Л. Сущенко, Т. Титаренко та ін.). До цього додається вкрай напружена санітарно-епідемічна ситуація в країні, збільшення захворюваності на туберкульоз, СНІД, інші хвороби, що передаються статевим шляхом, зростає кількість осередків небезпечних інфекцій. Одним із пріоритетних напрямів подолання нинішньої ситуації є створення у вищих навчальних закладах умов для навчання і виховання фізично, психічно, духовно й соціально здорової особистості. Підтвердження правомірності цієї думки знаходимо у працях Г. Апанасенка, В. Бобрицької, О. Ващенко, Н. Сопнєвої та ін., які наголошують на важливості залучення кожної людини, особливо молоді, до культури здорового способу життя, формування у студентів ціннісних орієнтацій у галузі здоров'я. Висвітленню особливостей формування у студентської молоді окремих аспектів здорового способу життя присвячено праці С. Болтівця (педагогічна психогігієна), М. Віленського (психолого-педагогічні основи формування здорового способу життя студентів), Н. Голєвої (психологічні критерії занять фізичними справами у студентів), В. Доскіна (залучення студентів до занять фізичною культурою і спортом), О. Дубогай (формування у студентів інтересу до занять фізичними вправами), О. Зайцевої (потребовомотиваційна сфера фізичного виховання студентів), В. Петренко (підвищення компетентності майбутнього педагога в галузі збереження здоров'я), С. Омельченко (педагогіка здоров'я), Є. Чернишової (підготовка вчителя до формування в учнів основ знань про здоров'я й безпеку життєдіяльності), здоров'язміцнювальних технологій (О. Міхієнеко,

Л. Романишиної, Л. Соколенко) та ін. У світовій і вітчизняній педагогіці накопичено значний теоретичний досвід у дослідженні проблем інтеграції. Однак поза увагою дослідників залишилася проблема цілеспрямованого й системного формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів туристичної галузі на засадах міждисциплінарної інтеграції [6].

Метою статті є теоретичний аналіз ролі міждисциплінарної інтеграції у формуванні індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів туристичної галузі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Інтерес до проблеми збереження здоров'я з боку вчених викликаний не тільки погіршенням фізичного, психічного і морального здоров'я молоді, але і новою ідеєю – ідеєю відродження України. Слід зазначити, що охорона власного здоров'я – це безпосередній обов'язок кожного, він не має права перекладати її на оточуючих. Здоров'я – це перша і найважливіша потреба людини, що визначає її здатність до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості та є найважливішим кроком до пізнання навколишнього світу, до самоствердження і щастя людини.

У науковій літературі пропонується декілька сотень визначень поняття «здоров'я», дискусія щодо їх конкретизації триває і зараз [3]. Взагалі «здоров'я» – це природний стан організму, який характеризується його рівновагою з навколишнім середовищем і відсутністю будь-яких хворобливих змін. Здоров'я людини визначається комплексом біологічних (спадкових та набутих) і соціальних факторів. Останні мають настільки важливе значення в підтримці стану здоров'я або в появі і розвитку хвороби, що у преамбулі статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я записано: «Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад». Так, загальними рисами здоров'я є: готовність до трудової діяльності; відношення до робочого навчального процесу; раціональне виконання життєвих функцій організму; високий енергетичний рівень організму до умов життєдіяльності; відновлення загального стану організму після втрати фізичного, духовного і соціального благополуччя.

Виходячи з того, що здоров'я є складним динамічним процесом, який тісно пов'язаний зі способом життя людини, який, своєю чергою, залежить здебільшого від мотивів діяльності конкретної людини, від особливостей її психіки, стану здоров'я і функціональних можливостей організму. Ми погоджуємося з позицією Д. Давиденка, який доводить, що фізична культура як найважливіший базовий компонент формування загальної культури студентів, своїми формами і методами покликана сприяти гармонізації тілесного і духовного в особистості і сприяти формуванню культури здоров'я [5, с. 65]. Отже, здоров'я, як цілісна характеристика стану людини, включає в себе не тільки сукупність характеристик і ознак індивідуального, соматичного чи психічного здоров'я індивіда, а й інтегрує соціальноекономічні риси, характерні для конкретного суспільства.

Зіставлення понять «здоров'я», «здоров'язбереження» дозволяють дати визначення поняття «здоров'язберігаюча компетентність», під якою слід розуміти інтегральну якість особистості, яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язберігаючої діяльності, що ґрунтується на інтеграції знань, умінь, навичок, ціннісних ставлень особистості, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення. Таким чином, очевидно, що здоров'я – один із найважливіших показників «якості» людини і суспільства. При найрізноманітніших підходах до визначення поняття «здоров'я людини» вчені єдині в думці, що одна з ознак такого стану – гармонійна єдність біологічних і соціальних якостей, зумовлених взаємодією генотипу і середовища, тобто здоров'я людини – це завжди індивідуальний спосіб життя, що відповідає психофізичній конституції людини і її поводженню, вихованню.

Численні дані вітчизняних і закордонних учених підтверджують, що здоров'я на 50-55% залежить від умов формування ціннісного ставлення до здоров'я та діяльності, спрямованої на його збереження. Міжнародний досвід підтверджує, що найбільш перспективними є програми здоров'я, спрямовані на контингент дітей та молоді. У світовій науці обґрунтовано, що превентивні програми незрівнянно вигідніші, ніж програми боротьби з наслідками недостатнього здоров'я населення [2; 3; 5; 6].

За останні роки в Україні зроблено значні кроки на шляху створення умов для формування здоров'я людини через освіту. Законами України, державними національними програмами (закон України «Про загальну середню освіту», «Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті» та ін.) визначено необхідність розвязання найважливіших завдань сучасної освіти, спрямованих на здоровий інтелектуальний, соціальний, фізичний розвиток особистості.

Водночас доводиться констатувати, що незважаючи на значну увагу держави, науковців до питань здоров'я студентської молоді, їх підготовки до майбутьої професійної діяльності, поки ще ця проблема не розв'язана належним чином.

Сучасні освітні стандарти підготовки фахівців туристичної галузі, орієнтовані на компетентнісний підхід і забезпечують взаємозв'язок фундаментальної і практичної підготовки. У зв'язку зі збільшенням обсягу самостійної роботи студента і одночасно скороченням аудиторного часу, з введенням вимог до випускника вузу з боку роботодавців, з'явилася необхідність перегляду змісту, форм, методів і засобів навчання. Крім того, слабкий зв'язок між досліджуваними дисциплінами породжує серйозні труднощі в формуванні у студентів цілісної картини світу, перешкоджаючи органічному сприйняттю знань. У зв'язку з цим актуалізувалася проблема ефективного використання навчального (аудиторного) часу в вищому навчальному закладі, що можливо, на нашу думку, за допомогою міждисциплінарної інтеграції.

Аналіз літератури з проблеми дослідження показав, що інтеграційні процеси в вищих навчальних закладах розглядалися як вітчизняними (Л. Варзацької, Б. Камінського, О. Левчук, С. Несторенко, О. Павлова, Л. Сліпчишин) так і світовими вченими (В. Безрукова, А. Вербиць-

кий, Є. Вишнякова, Е. Перехожева, І. Козловська, В. Каган, Н. Чебишев та ін.).

Вченим А. Вербицьким встановлено, що «зміст включення виходить в тому випадку, коли зміст одного навчального предмета засвоюється разом з змістом іншого. Це свого роду ресурсозберігаюча технологія...» [2, с. 80]. Виняток дублювання досліджуваного матеріалу на різних предметах, акцентування уваги на головному, сутнісному, формування умінь комплексно застосовувати знання при вирішенні професійних завдань, дозволять більш ефективно використовувати навчальний час. У класичному університеті це необхідно вже на початковій стадії навчання студентів, що можливо виконати за допомогою міждисциплінарної інтеграції.

Слід зазначити, що міждисциплінарна інтеграція є вимогою часу, яка забезпечує наступність у навчанні. Міждисциплінарна інтеграція «розширює освітній простір, створює віртуальну навчальну міждисциплінарну лабораторію, в якій студент, багаторазово застосовуючи знання з кожної дисципліни за рамками самої дисципліни, в нових умовах, розвиває вміння застосовувати знання в професійній діяльності» [9, с. 192].

На думку вчених (М. Чебишев, В. Каган): «...майбутній фахівець повинен володіти вміннями і професійною мобільністю – оперативно реагувати на постійно виникаючі зміни в практичній і науковій діяльності, суспільної практики в цілому». Але це може бути можливим, якщо вищий навчальний заклад сформує у випускника загальну інтегральну (міждисциплінарну) методологію професійної діяльності» [8, с. 19]. Інтеграція наукових знань в освітній діяльності здійснюється на основі міждисциплінарних зв'язків і має логічно завершену структуру багатодисциплінарного знання. Вона не просто доповнює зміст однієї дисципліни знаннями з іншого, а об'єднує їх і забезпечує не вузькодисциплінарну підготовку, а діяльнісну, яка формує професійно важливі вміння, навички і якості особистості [9].

В нашому дослідженні міждисциплінарну інтеграцію в навчальній діяльності ми визначаємо як одну з його сторін, пов'язану з об'єднанням загальноосвітніх і фахових дисциплін в комплекс, результатом функціонування якого стало формування у майбутнього бакалавра туризму якісно нової цілісної системи знань і умінь, що володіє новими інтегративними властивостями, на відміну від складових, що входять в систему [7].

Дослідники М. Чебишев, В. Каган конкретизують інтеграцію як міждисциплінарну і дають такі визначення: «це освітні процеси об'єднання (інтеграції) навчальних дисциплін навколо відносного цілісного дослідження (рішення) пізнавальних та професійних проблем (завдань) вдо та після дипломній освіті» [9, с. 19].

Корпаративний аналіз програм навчальних дисциплін фундаментального та професійно-зорієнтованого циклу туристичної галузі дає підстави стверджувати, що такі дисципліни, як «Спортивний туризм», «Рекреологія», «Організація послуг харчування», «Основи екології», «Основи безпеки життєдіяльності», «Фізичне виховання», «Гігієна і санітарія в галузі», дозволяють будувати їх зміст на засадах міждисциплінарної інтеграції, що сприятиме оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх бакалаврів туристичної галузі у напрямі формування у майбутніх фахівців системи знань щодо збереження та зміцнення власного здоров'я та ведення здорового способу життя. Завдяки цьому, що в умовах створеного міждисциплінарного здоров'язберігаючого середовища у майбутніх бакалаврів туризму буде формуватися сучасне уявлення здоров'я, що забезпечуватиме свідоме ставлення студента до ситуацій, які становлять ризик для їхнього здоров'я.

Одним з змістовно-процесуальних характеристик освітнього потенціалу міждисциплінарної інтеграції ми виділяємо підвищення рівня практичної орієнтованості навчального процесу. При підготовці бакалаврів туристичної галузі згідно логічним зв'язкам в навчальному процесі, фахові дисципліни базуються на знаннях, отриманих в курсі загальноосвітніх дисциплін.

Висновки з даного дослідження і перспективи. Сучасні темпи розвитку науки і туристської галузі пред'являють до випускників вузів високі вимоги в частині сформованості професійної компетентності, яка передбачає вміння застосовувати отримані знання при прийнятті рішень у професійній дійсності. Творча цілеспрямована ініціативна особистість може розвиватися і виховуватися тільки в умовах нерозривного педагогічного процесу, побудованого на єдиних принципах і методах, які можуть бути реалізовані тільки завдяки міждисциплінарним зв'язкам. Відтак міждисциплінарність посідає особливе місце в процесі здоров'язбереження майбутніх бакалаврів туристичної галузі, оскільки зміст навчальних дисциплін містить відомості про різні аспекти як психологічного, фізичного, так і професійного здоров'я. Міждисциплінарна інтеграція є тим методологічним орієнтиром, який дасть змогу створити здоров'язберігаюче навчально-виховне середовище у ВНЗ як запоруку формування культури здоров'язбереження у студентів.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку полягають у пошуку оптимальних шляхів вирішення проблем формування культури здоров'я студентської молоді як підчас навчання, так і у подальшому дорослому віці.

Список літератури:

1. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціальнопедагогічна проблема. Наук. вісн. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. 2012. № 7. С. 123-127.
2. Вербицкий А.А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход. М.: Высшая школа, 1991. 207 с.
3. Бобрицька В.І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04. Ін-т педагогіки і психології проф. освіти АПН України. Київ, 2006. – 40 с.
4. Гончаренко С.У. Фундаментальність професійної освіти – потреба часу / С.У. Гончаренко // Педагогічна газета. – 2004. – № 12(125). – С. 3.

5. Давиденко Д.Н. Физическая культура и культура здоровья студентов. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2010. – № 2. – С. 65-69.
6. Міхеєнко О.І. Теоретичні і методичні основи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'я-зміцнювальних технологій : дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 – теорія та методика професійної освіти / Харківський нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди. Харків, 2016. – 491 с.
7. Соколенко Л.С. Формування культури здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07. Уман. держ. пед. ун-т ім. П. Тичини. Умань, 2011. – 20 с.
8. Чебышев Н. Высшая школа XXI век: проблема качества / Н. Чебышев, В. Каган // Высшее образование в России. 2000. – № 1. – С. 19-27.
9. Утяганова З.З. Современные исследования социологических проблем (электронный научный журнал) Modern Research of Social Problems, № 8(64), 2016. – С. 190-192.

Конох А.П., Маковецкая Н.В., Конох А.А.
Запорожский национальный университет

ФОРМИРОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СТРАТЕГИЙ ЗДОРОВЬЕСОХРАНЕНИЯ БУДУЩИХ БАКАЛАВРОВ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ОТРАСЛИ НА ПРИНЦИПАХ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ

Аннотация
В статье осуществлен теоретический анализ роли междисциплинарной интеграции в формировании индивидуальных стратегий здоровьесохранения будущих бакалавров туристической отрасли. Уточнена сущность понятия «здоровьесохранение» как интегративного личностного образования, которое характеризуется наличием знаний о нормах и ценностях различных аспектов здоровья. Обосновано, что формирование культуры здоровья требует проведения комплексных целевых исследований причин существующего положения вещей современного студенческой среды, повышение уровня знаний студентов относительно особенностей формирования, сохранения и укрепления здоровья и здорового образа жизни, внедрение норм последнего в повседневную практику, искоренение легкомысленного или даже безответственного отношения к этим ценностям.
Ключевые слова: студент, будущий бакалавр, здоровье, здоровьесохранение, туристическая отрасль, интеграционные процессы в вузе, междисциплинарная интеграция.

Konokh A.P., Makovetskaya N.V., Konokh A.A.
Zaporizhzhya National University

FORMATION OF INDIVIDUAL HEALTH STRATEGIES FOR SAFE FUTURE BACALAVERS TOURISM INDUSTRY ON THE BASIS OF INTERNATIONAL DISTRIBUTION INTEGRATION

Summary
The article presents a theoretical analysis of the role of interdisciplinary integration in the formation of individual health strategies for future bachelors of the tourism industry. The essence of the concept of "health preservation" as an integrative personal education, which is characterized by the presence of knowledge about the norms and values of various aspects of health, is clarified. It has been substantiated that the formation of a health culture requires comprehensive targeted research into the causes of the current state of affairs of the modern student environment, increasing students' knowledge of the characteristics of shaping, maintaining and promoting health and a healthy lifestyle, introducing the norms of the latter into daily practice, eradicating frivolous or even irresponsible attitude to these values.
Keywords: student, future bachelor, health, health preservation, tourism industry, university integration processes, interdisciplinary integration.

УДК 378.013.75:338.48:796.5

ПЕДАГОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ТУРИЗМОЗНАВСТВА

Товстоп'ятко Ф.Ф., Люта Д.А.
Запорізький національний університет

У статті розглядаються провідні аспекти методології педагогічного експерименту як одного з основних методів науково-педагогічного дослідження. Визначено сутність, об'єкт і предмет педагогічного експерименту. Встановлено чинники успішності педагогічного експерименту. Проаналізовано наукові публікації, які присвячені цьому питанню. Аналіз дозволив виділити основні етапи педагогічного експерименту, які використовуються у системі формування готовності майбутніх фахівців з туризмознавства.

Ключові слова: метод науково-педагогічного дослідження, педагогічний експеримент, формування готовності, майбутній фахівець з туризмознавства, етапи педагогічного експерименту.

Постановка проблеми. Найбільш важливою складовою частиною наукового дослідження є експеримент – метод емпіричного дослідження, що базується на активному та цілеспрямованому втручанні суб'єкта у процес наукового пізнання явищ та предметів реальної дійсності шляхом створення умов, що контролюються та управляються, які дозволяють встановлювати визначені якості та закономірні зв'язки в об'єкті, що досліджується, та багатократно їх відтворювати [7, с. 67].

Від звичайного спостереження експеримент відрізняється активним впливом дослідника на явище, яке вивчається.

Основною метою експерименту є виявлення властивостей досліджуваних об'єктів, підтвердження наукових гіпотез і на цій основі більш широке та поглиблене вивчення теми науково-педагогічного дослідження.

Педагогічний експеримент є ефективним засобом розроблення та впровадження інновацій, що лежать в основі розвитку та оновлення системи освіти. Удосконалення системи освіти в Україні безпосередньо залежить від процесу експериментування, у ході якого створюється нова освітня практика.

У зв'язку з цим нині виявляється значний інтерес до організації та проведення педагогічних експериментів як одного з видів дослідницької діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичні засади педагогічного експерименту активно розробляють сучасні вітчизняні науковці (Т. Алексєєнко, І. Гавриш, Ю. Гільбух, С. Гончаренко, Л. Кайдалова, Т. Кожухова, Г. Ніколаї, В. Тушева, В. Шпалінський та ін.). Різноманітним аспектам експерименту як наукового методу дослідження присвячено праці зарубіжних дослідників (Дж. Гласс, Р. Готтсданкер, Д. Кемпбелл, У. Кокрен, Дж. Стенлі та ін.).

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз свідчить, що педагогічний експеримент як основа формування готовності майбутніх фахівців з туризмознавства досліджено недостатньо. Зокрема потребують обґрунтування об'єкт і предмет педагогічного дослідження. Також розглянемо етапи педагогічного експерименту, що характеризують основну ступінь науково-педагогічного дослідження.

Метою статті є характеристика педагогічного експерименту у системі формування готовності майбутніх фахівців з туризмознавства.

Виклад основного матеріалу. Експеримент від спостереження відрізняється активним втручанням дослідника в педагогічну ситуацію, який маніпулює однією або кількома змінними, а також реєстрацією супутніх змін у поведінці досліджуваного об'єкта.

Експеримент – форма пізнання об'єктивної дійсності, один із основних методів наукового дослідження педагогічних явищ. Пов'язаний із створенням дослідником специфічних умов і полягає в організації цілеспрямованого спостереження. Його Доцільно застосовувати в тих ситуаціях, які необхідно перевірити [6, с. 101].

Експеримент в освіті – це метод вивчення педагогічної практики, який направлений на перевірку висунутої гіпотези, що удосконалюється в природних і штучних, контрольованих і керованих умовах, результатом якого є нові знання, які включають в себе певні суттєві фактори, що впливають на результати педагогічної діяльності. Експеримент опирається на теорію та оформлюється у вигляді педагогічних розробок.

Зазвичай розрізняють два види експериментів – лабораторний і природний.

Лабораторний експеримент передбачає використання дослідником апаратури та спеціальних методик. Проводиться у спеціальному приміщенні, обладнаному сигнальними та реєструвальними пристроями. Дає змогу фіксувати зовнішні впливи, відповідні реакції, дії, вчинки. Суть лабораторного експерименту полягає в тому, що перед досліджуваними ставиться завдання у лабораторних умовах виконувати певні дії, які за своєю структурою близькі до конкретної діяльності. Проте штучні умови нерідко заважають об'єктивному вивченню досліджуваних [7, с. 70].

Природний експеримент розробив О.Ф. Лазурський. Він поєднав позитивні риси методу об'єктивного спостереження (природність) і лабораторного експерименту (цілеспрямований вплив на досліджуваного). Експеримент проводиться в умовах, близьких до звичайної діяльності, з вихованцями, які не знають, що вони є об'єктом спостереження. Це дає змогу уникнути емоційного напруження і негативної реакції досліджуваних. Природний експеримент зближує експериментальне дослідження з життям [7, с. 91].

© Товстоп'ятко Ф.Ф., Люта Д.А., 2019

Не існує єдиного шаблону або схеми, за допомогою яких можна було б будувати експеримент для будь-якої проблеми. Сама наукова проблема визначає вибір типу експерименту і конкретний план його проведення.

До загальної структури експерименту входять: 1) суб'єкт пізнання і його діяльність; 2) об'єкт експериментального дослідження; 3) засоби впливу на досліджуваний об'єкт.

Щоб здійснити педагогічний експеримент, треба знати його основні етапи й компоненти, вміти враховувати й вимірювати всі фактори, які можуть вплинути на його хід і результати.

Проведення експерименту складається з таких основних етапів:

1) Постановка проблеми. Формулювання загальної гіпотези дослідження.

2) Розроблення конструкції майбутнього експериментального дослідження, яке повинне перевірити гіпотезу, визначення всіх його компонентів (включаючи незалежні й залежні змінні, логічний принцип їх аналізу, конкретний об'єкт дослідження, вибірку випробуваних та їх розподіл в експериментальні й контрольні групи, методику статистичного опрацювання здобутих даних, принципи їх аналізу). Крім того, на цьому етапі загальна гіпотеза дослідження має бути трансформована в робочу гіпотезу, тобто висловлена в термінах очікуваного стану залежних змінних, при якому ідея експерименту вважатиметься підтвердженою.

3) Етап організаційно-технічної підготовки: добір потрібних експериментальних матеріалів (навчальних експериментальних завдань, тестів, анкет тощо), їх тиражування, практичне комплектування експериментальних і контрольних груп.

4) Попередня апробація в лабораторному експерименті (якщо основний експеримент повинен мати природний характер) окремих методик, використання яких передбачається (стимулюючих завдань, тестів тощо). Їх уточнення й доопрацювання.

5) Практична реалізація задуманої конструкції.

6) Статистичне опрацювання здобутих даних, їх аналіз та пояснення. Формулювання висновків.

7) Літературне оформлення результатів експерименту для їх публікації.

Основними сутнісними ознаками педагогічного експерименту є:наявність гіпотези; орієнтація на отримання нового знання, що включає в себе виділення чинників, що впливають на результати педагогічної діяльності; використання мови науки для описання експериментальної діяльності; розроблення програми експерименту; створення експериментальних розробок; забезпечення достовірності, відтворюваності результатів експерименту та ін. [4, с. 12].

До початку експерименту складається план його проведення. У ньому формулюють: мету і завдання експерименту; визначають об'єкт, що підлягає експериментальній перевірці; обґрунтовують обсяг експерименту, кількість дослідів, послідовність їх реалізації; визначають фактори впливу на об'єкт дослідження та у якій послідовності вони будуть змінюватись у процесі експерименту; обґрунтовують засоби вимірювань; визначають способи обробки та аналізу експериментальних матеріалів.

Під плануванням експерименту розуміється найбільш загальна його логіка. Планом експерименту визначається характер окремих фаз експерименту і порядок їхнього проведення.

При плануванні педагогічного експерименту експериментатор повинний визначити: 1) кількість досліджуваних; 2) способи добору досліджуваних; 3) кроки проведення експерименту; 4) вірогідність отриманих результатів; 5) правильну їхню інтерпретацію.

Необхідно відзначити, що дослідник повинен скласти план експерименту таким чином, щоб будь-яка інша досить підготовлена особа могла по ньому успішно провести експеримент. Адже цілком зрозуміло, що залежно від масштабу експерименту, сам дослідник фізично не в змозі бути присутнім у всіх місцях його проведення.

Доречним буде визначення провідних чинників успішності педагогічного експерименту:

1) Науково-методичні умови забезпечення концептуальності, системності, достовірності, відтворюваності експерименту. Наявність у експериментатора гіпотези, яка спрямована на отримання нового результату, що сприятиме підвищенню ефективності педагогічного процесу;

2) Мотиваційні умови входження в експеримент і його здійснення. Наявність педагогічного колективу, що має готовність і бажання до експериментальної роботи та впровадження у практику інновацій. Розроблення програми поступового залучення педагогічного колективу до освоєння нового типу діяльності;

3) Кадрова підготовка до професійного здійснення усіх учасників педагогічного експерименту;

4) Матеріально-технічні, фінансово-економічні умови здійснення експериментальної діяльності. Забезпечення педагогічного процесу всім необхідним для регулювання педагогічних впливів та фіксації їх наслідків.

5) Інформаційні умови про поточні результати експериментальної діяльності: досвід успіхів і труднощів. Дотримання правила не нашкодити здоров'ю дитини, її розвитку, виконання вимог, які висуваються навчальним планом та програмою. Прагнення до наукової чесності, добросовісності у зборі та інтерпретації фактів, достовірності в формулюванні висновків. Доброзичливе ставлення до дітей та встановлення стосунків довіри з адміністрацією, батьками та дітьми з метою забезпечення атмосфери творчості, взаємодопомоги для ефективного проведення експерименту [3, с. 44].

Мета педагогічного експерименту полягає у наступному:

– отримати нові знання;

– розробити та апробувати певні нововведення;

– виявити організаційно-педагогічні, організаційно-методичні та психолого-педагогічні умови досягнення нової якості освіти [5, с. 89].

Для здійснення дослідницької роботи педагогу необхідно визначити об'єкт і предмет експерименту. Об'єктом експерименту зазвичай виступають межі дослідження та зміни практики, область педагогічного простору. Тоді як предмет експерименту – це частина об'єкта, властивості, відносини, функції, які виділяються в даному експерименті [2, с. 19].

Педагогічний експеримент є комплексним методом і тому передбачає поєднання методів спостереження, бесіди, анкетування, контрольні запитання,

відеозаписи, тестування, інтерв'ю, створення спеціальних ситуацій, стенограми уроків на всіх етапах кожного з видів експерименту. Підбір методів залежить від виду та мети експерименту. Розроблення, поєднання методів або їх груп стає ядром формування методики дослідження [1, с. 35].

Теоретико-методологічною основою педагогічного експерименту є гіпотеза. Вітчизняні вчені-педагоги розглядають гіпотезу як вихідну теоретичну концепцію, сформульовану у вигляді аргументованого припущення про функціональний зв'язок між педагогічною дією та її стійкими кінцевими результатами, що пояснює передбачуваний істотний внутрішній зв'язок явищ. Гіпотеза має відповідати певним методологічним вимогам, до яких належать обґрунтованість, передбачуваний характер, наукова новизна, концептуальність, змістовність, логічна простота та чіткість формулювання, широта застосування, можливість перевірки наявними засобами в експерименті. Основними видами гіпотез, що формуються в педагогічних експериментах, варто визначити такі: індуктивні, дедуктивні та комплексні гіпотези; описові, структурні та пояснювальні гіпотези; загальні, часткові та конкуруючі гіпотези; робочі та наукові гіпотези; лінійні та розгалужені гіпотези; гіпотези-припущення; гіпотези-концепції; гіпотези-прогнози; революційні та модифіковані гіпотези; нульові та альтернативні гіпотези [4, с. 15].

Висновки і пропозиції. Отже, аналізуючи вище викладене, можемо стверджувати, що проведене дослідження дозволило визначити сутність педагогічного експерименту. Було охарактеризовано особливості планування, основні етапи та провідні чинники успішності педагогічного експерименту.

Визначено, що чим детальніше спланований педагогічний експеримент, тим більше об'єктивні результати дає він із самого початку. Різні доповнення і зміни в ході експерименту ускладнюють роботу експериментатора і зменшують об'єктивність результатів.

Отже, підсумовуючи зазначимо, що досконале знання методологічних основ проведення науково-педагогічного експерименту – важлива складова професійної компетентності педагога-дослідника, необхідний інструмент в його повсякденній роботі. Кожному педагогу потрібно чітко усвідомлювати послідовність етапів, співвідношення форм та методів організації експериментальної роботи, специфічні прийоми та шляхи її реалізації. Компетентний спеціаліст у галузі педагогіки повинен вміти майстерно підбирати і доцільно використовувати цілий спектр засобів та технологій педагогічного експерименту.

Список літератури:

1. Бабанский Ю.К. Проблемы повышения эффективности педагогических исследований: дидактический аспект : монография / Юрий Константинович Бабанский. – М.: Педагогика, 1982. – 192 с.
2. Кыверялг А.А. Методы исследования в профессиональной педагогике / Антс Аугустович Кыверялг. – Таллин: Валгус, 1980. – 334 с.
3. Найн А.Я. Организация экспериментальной работы в образовательных учреждениях инновационного типа / А.Я. Найн, А.А. Найн. – Магнитогорск: Изд-во Магнитог. пединститута, 1998. – 150 с.
4. Панасенко Е.А. Експеримент у педагогічних дослідженнях в Україні : теорія та практика (1943-1991 рр.) : монографія / Е.А. Панасенко. – Донецьк: Державне підприємство Ордена "Знак пошани" всеукр. державне багатопрофільне вид-во "Донбас", 2013. – 756 с.
5. Теория и практика педагогического эксперимента : коллект. монография / под ред. А.И. Пискунова, Г.В. Воробьева. – М.: Педагогика, 1979. – 208 с.
6. Кислий В.М. Методологія та організація наукових досліджень : конспект лекцій для студ. спец. 8.050201 Менеджмент організацій" усіх форм навчання / В.М. Кислий. – Суми: СумДУ, 2009. – 111 с.
7. Ягупов В.В. Педагогіка: Навч. посібник. – К.: Либідь, 2002. – 560 с.

Товстопятко Ф.Ф., Лютая Д.А.
Запорожский национальный университет

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЭКСПЕРИМЕНТ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ТУРИЗМОВЕДЕНИЮ

Аннотация
В статье рассматриваются ведущие аспекты методологии педагогического эксперимента как одного из основных методов научно-педагогического исследования. Определена сущность, объект и предмет педагогического эксперимента. Установлены факторы успешности педагогического эксперимента. Проанализированы научные публикации, посвященные этому вопросу. Анализ позволил выделить основные этапы педагогического эксперимента, которые используются в системе формирования готовности будущих специалистов по туризмоведения.

Ключевые слова: метод научно-педагогического исследования, педагогический эксперимент, формирование готовности, будущий специалист по туризмоведения, этапы педагогического эксперимента.

Tovstopiatko F.F., Liyta D.A.
Zaporizhzhya National University

PEDAGOGICAL EXPERIMENT AS A BASIS FOR FORMATION OF FUTURE FACTORS READINESS TOURISM

Summary
The article discusses the leading aspects of the methodology of a pedagogical experiment as one of the main methods of scientific and pedagogical research. The essence, object and subject of pedagogical experiment are determined. The success factors of a pedagogical experiment are established. Analyzed scientific publications on this issue. The analysis allowed us to identify the main stages of the pedagogical experiment, which are used in the readiness formation system of future specialists in tourism studies.
Keywords: method of scientific and pedagogical research, pedagogical experiment, formation of readiness, future specialist in tourism studies, stages of pedagogical experiment.

УДК 796:371.134:379.176

ДИДАКТИЧНІ АСПЕКТИ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ТУРИСТИЧНОЇ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОЇ СФЕРИ

Маковецька Н.В., Конох О.Є.
Запорізький національний університет

У статті розглядається проблема дистанційного навчання майбутніх фахівців туристичної та готельно-ресторанної сфери. Підкреслюється, що для студентів, які здобувають саме цю освіту, дуже важливим аспектом у навчанні є можливість спілкуватись із викладачем на відстані. У статті приділено увагу диференціації понять «дистанційне навчання», «дистанційна освіта». Окрім цього, надається коротка характеристика засобів дистанційного навчання. Схарактеризовано організаційно-методичні моделі дистанційного навчання та виокремлено найбільш прийнятні для навчання майбутніх фахівців туристичної та готельно-ресторанної сфери. З'ясовано форми організації занять, що найчастіше використовуються у процесі дистанційного навчання. Визначено сутність головних рис дистанційного навчання.
Ключові слова: дистанційне навчання, дистанційна освіта, засоби дистанційного навчання, організаційно-методичні моделі дистанційного навчання, форми організації занять, характерні риси дистанційного навчання.

Постановка проблеми. Реалії сьогодення зумовлюють необхідність розширення форм здобуття молоддю вищої освіти. У зв'язку з цим, поруч із денною та заочною формами навчання все частіше у вищих навчальних закладах України застосовується і дистанційне. Специфіка цієї форми навчання особливо імпонує майбутнім фахівцям туристичної та готельно-ресторанної сфери, адже забезпечує можливість навчатися тоді, коли зручно студенту, у тому темпі, що він сам обирає (в межах установлених термінів проведення), в тому місці, де він перебуває.

Безперечно, дистанційне навчання також полегшує отримання освіти представникам соціально уражених верств населення, особам з особливими потребами тощо.

З огляду на вищевикладене зазначимо, що сьогодні питання повноцінного впровадження дистанційної форми освіти в системі ВНЗ набуває особливої актуальності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В Україні дистанційна форма освіти запроваджується з 2000 року і регулюється Концепцією розвитку дистанційної освіти в Україні і Положенням про дистанційну освіту МОН України, яке було затверджено Наказом № 40 Міністерства освіти і науки України від 21.01.2004 р.

Теоретичним підґрунтям дистанційного навчання є праці С. Архангельського, Ю. Бабанського, С. Гончаренка, Л. Виготського, П. Гальперіна, Г. Костюка, Н. Тализіної та ін. Значних зусиль до формування системи дистанційного навчання доклали вчені О. Пєхота, О. Рибалко, Л. Романишина та ін. [3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Актуальність дистанційного навчання зумовлює неабияку увагу вчених до дослідження окремих його аспектів, але недостатньою, на нашу думку, є увага науковців до дистанційного навчання майбутніх фахівців сфери обслуговування, зокрема, майбутніх фахівців туристичної та готельно-ресторанної сфери.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є висвітлення дидактичного аспекту дистанційного навчання майбутніх фахівців туристичної та готельно-ресторанної сфери.

Виклад основного матеріалу. На думку вчених В. Кухаренко, О. Рибалко, Т. Олійник, М. Савченко та ін., дистанційне навчання є однією з форм здобування освіти, яка безумовно базується на застосуванні комп'ютерних технологій. Ці технології використовуються у традиційних формах навчання (денному, заочному), так в загальному випадку способи навчання із використанням ін-

© Маковецька Н.В., Конох О.Є., 2019

формаційно-комунікаційних технологій називають комп'ютерним або електронним навчанням (Computer Based Training, E-Learning) [2].

Метою дистанційного навчання є надання освітніх послуг шляхом застосування у навчанні сучасних інформаційно-комунікаційних технологій за певним освітнім або освітньо-кваліфікаційними рівнями відповідно до державних стандартів освіти [8].

Отже, під дистанційним навчанням розуміється індивідуалізований про-цес набуття знань, умінь, навичок і способів пізнавальної діяльності людини, який відбувається в основному за опосередкованої взаємодії віддалених один від одного учасників навчального процесу у спеціалізованому середовищі, яке функціонує на базі сучасних психолого-педагогічних та інформаційно-комунікаційних технологій [1].

Поруч із терміном «дистанційне навчання» досить часто вживається поняття «дистанційна освіта».

З'ясуємо спільне і відмінне в їх тлумаченні.

У Концепції розвитку дистанційної освіти в Україні, затвердженої МОН у 2000 р., сутність поняття «дистанційна освіта» визначається як форма навчання, рівноцінна з очною, заочною, що реалізується, в першу чергу, за технологіями дистанційного навчання [4].

У низці педагогічних словників надається тлумачення дистанційної освіти як форми навчання, коли спілкування між викладачем і студентом відбувається за допомогою листування, магнітофонних, аудіо та відеокасет, комп'ютерних мереж, кабельного та супутникового телебачення тощо.

Отже, дистанційна освіта – це поняття, що характеризує надання освітніх послуг широким колам населення в Україні та за її межами, можливості оволодіння освітніми програмами засобами дистанційного навчання.

В межах розпочатого нами дослідження ми застосовували поняття дистанційне навчання, під яким розуміємо цілеспрямований процес взаємодії викладача (тьютера) і студента, що здійснюється на відстані, базується на застосуванні комп'ютерних технологій і змістом якого є формування професійних знань, умінь, навичок у майбутніх фахівців готельно-ресторанної справи.

Зосереджуючись на висвітленні засобів дистанційного навчання зазначимо, що пріоритетними серед них є:

– електронний підручник – призначений для самостійного вивчення теоретичного матеріалу, що дає змогу працювати за індивідуальною освітньою траєкторією;

– електронний довідник, що дає змогу користувачу в будь-який час оперативно отримувати необхідну довідкову інформацію в компактній формі;

– комп'ютерні моделі та тренажери, а також конструктори – дають можливість закріпити знання та навички їх практичного застосування в ситуаціях, які моделюють, підвищують професійний рівень при проходженні в різноманітних нестандартних ситуаціях;

– електронна дошка – засіб віддаленого спілкування, взаємодії та обміну навчальною інформацією тьютора та слухачів у процесі розділеного навчального процесу. Електронна дошка як проекція звичайної аудиторної дошки, де викладач має змогу викласти матеріал, подати його у вигляді схем, графіків, діаграм, аудіо– та відеофайлів, векторних анімацій, може запропонувати індивідуальний матеріал кожному слухачеві;

– комп'ютерні навчальні програми – програмне забезпечення, яке можна використовувати на віддаленому комп'ютері;

– комп'ютерні тестові системи – забезпечують можливість самоконтролю користувача і полегшують роботу викладача під час поточного та підсумкового контролю [6; 9].

Беручи до уваги наукові доробки О. Корбут щодо моделей дистанційного навчання, зосередимось на визначенні тих, які, на нашу думку, є ефективними у підготовці фахівців сфери обслуговування, які навчаються дистанційно [5].

Організаційно-методичні моделі дистанційного навчання:

– навчання за типом екстернату, що зорієнтоване на екзаменаційні вимоги вищих навчальних закладів і передбачено для студентів, які з певних причин не можуть відвідувати стаціонарні навчальні заклади;

– навчання на базі одного університету – система навчання для студентів, які навчаються на основі нових інформаційних технологій, включаючи комп'ютерні телекомунікації. Слід зазначити, що такі програми для одержання різноманітних дипломів розроблені в багатьох провідних університетах миру;

– співробітництво декількох навчальних закладів, яке, в межах підготовки фахівців у сфері туризму та готельно-ресторанної справи, може здійснюватись між вищими навчальними закладами України та таких європейських країн, як Польща, Болгарія тощо.

Серед організаційно-методичних моделей дистанційного навчання, створення яких є перспективним напрямом у підготовці майбутніх фахівців галузі туризму та готельно-ресторанної справи слід визначити такі:

– автономні освітні установи, спеціально створені для цілей дистанційної освіти.

Слід зазначити, що найбільшою подібною установою є Відкритий університет у Лондоні, на базі якого в останні роки проходить навчання дистанційно велика кількість студентів не тільки з Великобританії, але з багатьох країн світу;

– автономні навчальні системи, в межах яких навчання ведеться цілком за допомогою телебачення або радіопрограм, а також додаткових друкованих посібників;

– неформальне інтегроване дистанційне навчання на основі мультимедійних програм, орієнтованих на навчання дорослої аудиторії. Такі проекти, як правило, є частиною офіційної освітньої програми, інтегровані в цю програму або спеціально орієнтовані на певну освітню мету.

Вищезазначені моделі є ефективними у багатьох зарубіжних країнах, а тому не викликає сумніву, що їх упровадження в освітню систему України сприятиме підвищенню якості професійної освіти, у тому числі й у сфері обслуговування.

Відтепер з'ясуємо форми організації занять, що найчастіше використовуються у процесі дистанційного навчання.

У дослідженнях О. Корбут акцентується увага на таких:

– чат-заняття – проводяться синхронно з використанням чат-технологий, що передбачають одночасний доступ до чату всіх учасників.

Зазначимо, що у межах багатьох дистанційних навчальних закладів діє чат-школа, у якій за допомогою чат-кабінетів організовується діяльність дистанційних викладачів і студентів.

– веб-заняття – дистанційні уроки, конференції, семінари, ділові ігри, лабораторні роботи, практикуми й інші форми навчальних занять, проведених за допомогою засобів телекомунікацій та інших можливостей «Всесвітньої павутини».

– телеконференції проводяться з використанням електронної пошти, на яку висилаються матеріали учасникам дистанційного навчання в регіони [5].

Наведемо приклади окремих видів занять, які можуть бути використані у процесі дистанційного вивчення майбутніми фахівцями з туризму та готельно-ресторанної справи дисциплін циклу професійної підготовки [7].

Чат-заняття «Обмін інформацією». Підготовка до заняття: за 1-2 тижні перед його проведенням студенти отримують завдання підібрати матеріал – книги, статті тощо, в яких би в тій чи іншій формі подавалась інформація щодо теми заняття,продумати план висвітлення того чи іншого питання в межах оголошеної теми. Для бажаючих проводяться консультації. Одне із головних завдань, які постає перед викладачем безпосередньо під час проведення чат-заняття, – добре організувати обмін знаннями, які студенти здобули під час підготовки, подбати про дотримання регламенту, відфільтровувати від неістотної інформації істотну, нову, актуальну.

Веб-заняття «Аукціон». Викладачем готується перелік запитань, які мають бути «продані» на «аукціоні» і на які всі студенти мають знати відповіді. Для проведення «аукціону» обирається ведучий, який у довільному порядку називає номер запитання, що «продається», після чого запитує: «Хто хоче купити це запитання?» (треба розуміти це питання як таке: «Хто знає відповідь на нього?»), чекає піднятих рук, рахує: «Один», – знову читає запитання і оголошує: «Два…». Якщо піднялась рука «покупця», дає йому слово. За відповідь нараховуються бали. Відповідь можна уточнити, розширити, поглибити і за це також одержати бал. Коли запитання повністю куплене, ведучий називає номер другого запитання і так поки всі запитання не будуть розкриті.

Телеконференція «Інформаційний пошук», що може бути проведена у вигляді рольової гри. Електронною поштою кожен зі студентів, які в цій грі виконують роль бібліографів бібліотеки одержує завдання – підібрати літературу з теми (дається її назва) і в електронному вигляді скласти інформаційні картки, які мають бути анотаціями до книг і статей. «Бібліографи» розділені на групи, які спеціалізуються в своїх вузьких галузях (сферах). У кожній групі є старший бібліограф, який через електронну пошту збирає інформацію, узагальнює і під час телеконференції повідомляє про неї, підсумовуючи роботу своїх «співробітників». Після цього відбувається коротке обговорення, в якому беруть участь усі учасники телеконференції.

З огляду на вищевикладене, з'ясуємо сутність головних рис дистанційного навчання. Серед них:

– гнучкість – студенти, які навчаються в системі дистанційної освіти, не відвідують регулярних занять у вигляді лекцій й практичних, працюють у зручних для себе часі, місці і темпі. Вони мають можливість на організацію свого навчання в необхідному часовому ритмі, необхідному для засвоєння предмета й отримання заліків з вибраних курсів;

– модульність – в основу програм дистанційної освіти покладений модульний принцип. Кожний окремий курс створює цілісне уявлення з визначенням предметної галузі, що дозволяє з набору незалежних курсів – модулів формувати навчальну програму, яка б відповідала індивідуальним чи груповим запитам;

– паралельність – навчання може проводитися з одночасним здійсненням професіональної діяльності або навчання в іншому закладі;

– асинхронність – це режим, який часто обирають люди, зайняті в певній сфері діяльності (наприклад, робота на виробництві, служба в армії тощо). Вони мають можливість навчатися тільки тоді, коли випадає вільний час. Окрім цього, застосування асинхронного режиму розв'язує проблему взаємодії викладача зі студентами, які перебувають у різних географічних точках.

При асинхронному навчанні викладач аналізує й оцінює роботу студента по мірі опанування ним навчальним матеріалом;

– економічна ефективність – середня оцінка світових освітніх систем засвідчує, що дистанційна освіта обходиться на 50 відсотків дешевше традиційних форм освіти. Досвід вітчизняних недержавних центрів дистанційної освіти показує, що їх витрати на підготовку спеціалістів становлять приблизно 60% від витрат при денній формі навчання. Відносно низька собівартість освіти забезпечується за рахунок використання більш концентрованого уявлення й уніфікації змісту, орієнтованості технологій дистанційного навчання на велику кількість студентів, а також за рахунок більш ефективного використання навчальних площ і технічних засобів, наприклад, у вихідні дні;

– нова роль викладача – від нього залежать такі функції, як координування пізнавального процесу, коректування викладацького курсу, консультування при складанні індивідуального навчального плану, керівництво навчальними проектами тощо. Взаємодія студентів і викладача в системі дистанційної освіти передбачає обмін повідомленнями, що дозволяє аналізувати вхідну інформацію і відповідати на неї в зручний для кореспондентів час;

– специфічний контроль якості освіти – як форми контролю в дистанційній освіти використовуються дистанційно організовані екзамени, співбесіди, практичні, курсові або проектні роботи, екстернат, комп'ютерні інтелектуальні тестові системи тощо. Вирішення проблеми контролю якості дистанційної освіти, його відповідність освітнім стандартам має принципове значення для успіху всієї системи освіти. Від успішності її розв'язання залежить академічне визнання курсів дистанційної освіти, можливість їх проходження традиційним навчальним закладом, тому

для проходження контролю має бути збудована єдина система державного тестування;

– використання спеціалізованих технологій й засобів навчання – технологія дистанційного навчання являє собою сукупність методів, форм і засобів взаємодії зі студентами, в процесі самостійного, але контрольованого освоєння ними певного обсягу знань. У такому випадку технологія навчання базується на фундаменті змісту тієї чи іншої дисципліни, а матеріал, запропонований до освоєння, акумулюється в спеціальних курсах і модулях, призначених для дистанційної освіти згідно з державними освітніми стандартами;

– опора на сучасні засоби передачі освітньої інформації, що призначені для забезпечення освітніх процесів необхідними навчальними і навчально-методичними матеріалами; зворотнім зв'язком між викладачем і студентами, а також студентів між собою; обміном інформацією усередині системи дистанційної освіти;виходом у міжнародні інформаційні мережі;включенням до системи дистанційної освіти зарубіжних користувачів [3; 10].

Висновки і пропозиції. Отже, прагнення вдосконалити систему професійної підготовки майбутніх фахівців галузі туризму та готельно-ресторанної справи на основі оновлення змісту освіти, модернізації навчальних технологій має сприяти створенню умов для упровадження дистанційної форми навчання у вищих навчальних закладах України.

Пропозиції наступних досліджень полягають у подальшому вивченні можливостей підготовки фахівців туристичного та готельно-ресторанного бізнесу у режимі дистанційного навчання.

Список літератури:

1. Грищенко І.М. Освіта та професійна підготовка фахівців у світлі євроінтеграційних процесів. Актуальні проблеми економіки. Київ, 2010. – № 7(109). – С. 56-61.
2. Дистанційне навчання [текст] / В.М. Кухаренко, О.В. Рибалко, Т.О. Олійник, М.В. Савченко. – Х.: ХДПУ, 1999. – 216 с.
3. Ибрагимов И.М. Информационные технологии и средства дистанционного обучения : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений / И.М. Ибрагимов под ред. А.Н. Ковшова. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2007 – 336 с.
4. Концепція розвитку дистанційної освіти в Україні, затверджена Постановою МОН України від 20.12.2000 р. – К.: НТУ «КПІ», 2000. – 12 с.
5. Корбут О.Г. Дистанційне навчання: моделі, технології, перспективи. Матеріали науково-практичної конференції «Новітні освітні технології» (КПІ, м. Київ). URL: http://confesp.fl.kpi.ua/node/1123 (дата звернення: 06.02.2018).
6. Круглик В.С. Сучасні підходи до використання інформаційно-комунікаційних технологій у навчанні / В.С. Круглик // Інформаційні технології в освіті : зб. наук. пр. – Херсон: Вид-во ХДУ, 2008. – Вип. 2. – С. 114-119.
7. Малафіїк І.В. Дидактика: Навчальний посібник. – К.: Кондор, 2005. – С. 284-307.
8. Наказ 25.04.2013 № 466. Про затвердження Положення про дистанційне навчання [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0703 – 13 Наказ 25.04.2013 № 466. Про затвердження Положення про дистанційне навчання [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13
9. Основы деятельности тьютора в системе дистанционного образования: специализированный учебный курс / С.А. Щенников, А.Г. Теслинов, А.Г. Чернявская и др. – 2-е изд., испр. – М.: Дрофа, 2006. – 591 с.
10. Чумаченко С.И. Особенности компьютерного контроля уровня знаний студентов [Электронный ресурс] / С.И. Чумаченко, В.М. Крылов. – Режим доступа: http tm.ifmo.ru/tm2004/db/doc/get_thes.php?id=79

Маковецкая Н.В., Конох Е.Е.
Запорожский национальный университет

ДИДАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ТУРИСТИЧЕСКОЙ И ГОСТИНИЧНО-РЕСТОРАННОЙ СФЕРЫ

Аннотация
В статье рассматривается проблема дистанционного обучения будущих специалистов туристической и гостинично-ресторанной сферы. Подчеркивается, что для студентов, получающих именно это образование, очень важным аспектом в обучении является возможность общаться с преподавателем на расстоянии. В статье уделено внимание дифференциации понятий «дистанционное обучение», «дистанционное образование». Кроме этого, предоставляется краткая характеристика средств дистанционного обучения. Охарактеризованы организационно-методические модели дистанционного обучения и выделенынаиболее приемлемые для обучения будущих специалистов туристической и гостинично-ресторанной сферы. Описаны формы организации занятий, которые чаще всего используются в процес се дистанционного обучения. Определена сущность главных черт дистанционного обучения.
Ключевые слова: дистанционное обучение, дистанционное образование, средства дистанционного обучения, организационно-методически емоделидистанционного обучения, формы организации занятий, характерне черты дистанционного обучения.

Makovetskaya N.V., Konoh E.Ye.
Zaporizhzhya National University

DIDACTIC ASPECTS OF DISTANCE LEARNING OF FUTURE TOURIST SPECIALISTS AND HOTEL AND RESTAURANT SPHERE

Summary
The article deals with the problem of distance education of future specialists in the tourism and hotel-restaurant sphere. It is emphasized that for students who receive this particular education, a very important aspect in education is the ability to communicate with the teacher from a distance. The article pays attention to the differentiation of the concepts "distance learning", "distance education". In addition, a brief description of distance learning tools is provided. The organizational and methodological models of distance learning are characterized and the most appropriate for the training of future specialists in the tourism and hotel-restaurant sphere are highlighted. The forms of organization of classes, which are most often used in the process of distance learning, are described. The essence of the main features of distance learning is defined.
Keywords: distance learning, distance education, distance learning tools, organizational and methodological models of distance learning, forms of organization of classes, the characteristics of distance learning.

УДК 796.5

СУЧАСНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ ЯК ВИДУ СПОРТУ В УКРАЇНІ

Остапчук В.В.
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

На основі аналізу кількісних показників походів вищих категорій складності (з четвертої по шосту) простежується стан підготовки туристських кадрів та спортсменів-розрядників найвищого рівня. На основі звітів Центральної маршрутно-кваліфікаційної комісії аналізується динаміка найскладніших спортивних туристських походів з пішохідного, гірського, водного, велосипедного та лижного туризму. Простежуються особливості видової структури походів вищих категорій складності. Розглядаються й аналізуються показники Чемпіонатів України спортивних туристських походів. На основі виявлених статистичних закономірностей аналізуються особливості спортивного туризму як неолімпійського виду спорту на сучасному етапі.
Ключові слова: спортивний похід, категорія складності, Чемпіонат.

Постановка проблеми. Розвиток спортивного туризму (СТ) в Україні, як і на всьому пострадянському просторі, зазнав і продовжує зазнавати суттєвої трансформації. Зокрема, перестають бути актуальними такі риси спортивного туризму, як його соціальний і масовий характер, державна фінансова підтримка, в тому числі і дитячо-юнацького туризму, система підготовки спортивних та громадських туристських кадрів. Такі зміни зумовлені низкою чинників, як об'єктивного, так і суб'єктивного характеру.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У попередніх публікаціях [2; 3] автором зроблена спроба аналізу чинників і характерних рис сучасних змін стану СТ. Головні зміни стосуються динаміки, структури та географії як категорійних, так і ступеневих спортивних туристських походів (далі – походів). Зокрема, аналіз показав, що попри незначну міжрічну мінливість, простежувалася досить чітка тенденція збільшення кількості походів після глибокої кризи 1990-х до початку 2010-х років, яка змінилася їхнім зменшенням, особливо значним у 2014 році, що мало цілком очевидні причини воєнного й соціально-економічного характеру. Така тенденція, на жаль, підтверджуються й статистичними даними за останні роки. Видова структура ступеневих і категорійних походів суттєво різниться. При цьому останні на сучасному етапі організовуються переважно не закладами й установами, а шляхом спонтанного об'єднання груп учасників, зокрема і через соціальні мережі. Змінилася і географія походів, насамперед категорійних, східний закордонний вектор яких суттєво диверсифікувався, а в межах України посилилася роль Карпатського туристського регіону. В той же час, порівняно мало уваги було приділено аналізу походів IV-VI категорій складності (далі – к. с.), участь у яких або керівництво якими дозволяє отримати перший спортивний розряд, КМС та звання МС України.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Як було зазначено, практично від початку XXI ст. відбувається зниження ролі туристських походів у підготовці туристів-спортсменів, насамперед на рівні дитячо-юнацького туризму. Через низку чинників [2; 3], усе більше туристів-спортсменів надають перевагу варіанту отримання нових розрядів і звань через участь у змаганнях з видів туризму, та й то в більшості на дистанціях зі штучними перешкодами. Таку тенденцію важко оцінювати як позитивну, проте аналіз статистичних даних показує об'єктивність

© Остапчук В.В., 2019

її існування. Насамперед, такі зміни призвели до труднощів у проведенні Чемпіонатів спортивних туристських походів, започаткованих у 2010 р., зокрема до необхідності об'єднання походів двох (часом і більше) категорій складності, що знижує клас змагань (відповідно і можливість отримання спортивних розрядів і звань) або проведення Чемпіонату з окремих видів не щороку. Серед туристської спільноти [4, с. 117] ведеться обговорення таких проблем, пошук шляхів адаптації та оптимізації функціонування СТ як виду спорту. Зазначені проблеми є складними і вочевидь витікають із сучасної трансформації СТ пострадянського зразка відповідно до світових тенденцій. Однак, детальний і всебічний аналіз сучасних особливостей динаміки та структури походів вищих категорій складності з різних видів СТ може бути корисним щодо розуміння сутності змін у СТ, які відбуваються.

Обґрунтування цілей статті. Тому, головним завданням даного дослідження є максимально всебічний аналіз сучасних особливостей динаміки та видової структури СТ як неолімпійського виду спорту в Україні на основі статистичних даних про спортивні туристські походи найвищих категорій складності за 2005-2017 рр., представлених у щорічних звітах Центральної маршрутно-кваліфікаційної комісії (ЦМКК) Федерації СТ України [Офіційний сайт Федерації: режим доступу: http://www.cmkk.com.ua/]. Дане дослідження, на продовження попередніх, розширює й поглиблює аналіз стану й особливостей розвитку СТ в Україні [2, с. 381] у галузі підготовки туристських кадрів через зростання майстерності спортсменів-розрядників.

Виклад основного матеріалу дослідження. Насьогодні щорічні звіти ЦМКК Федерації СТ України є найбільш репрезентативним джерелом інформації про категорійні походи, однак ставитися до представлених у звітах показників слід з певною обережністю, зумовленою, по-перше, тим, що в окремі роки деякі обласні МКК не подали свої звіти, по-друге, з 2010 року ЦМКК подає окремо інформацію про розглянуті та зараховані походи, що певною мірою порушує однорідність ряду даних і створює ефект відносного заниження показників після 2010 року. Суттєву поправку слід робити також на те, що після 2014 року до звітів ЦМКК не включалася інформація з окупованих територій Донецької та Луганської областей та анексованого Криму, при тому що частка категорійних походів, проведених зокрема Донецькою обласною федерацією СТ, була помітною [3, с. 95]. Також до аналізу залучені дані про походи вищих категорій складності, які взяли участь у щорічних Чемпіонатах СТ походів у 2010-2017 рр., розміщені у відповідних протоколах на сайті ЦМКК.

Аналіз статистичних даних щодо розвитку СТ в Україні впродовж останніх тринадцяти років дозволяє виявити відносно стійкі особливості його сучасного стану, динаміку та тенденції розвитку окремих видів туризму.

Порівняння видової структури всіх категорійних походів і походів IV-VI к. с. (рис. 1) дозволяє виявити суттєві відмінності, зокрема: значно меншу частку піших походів вищих категорій складності; провідні місця у структурі найскладніших походів (з часткою понад 20%) піших, водних, гірських і велосипедних з малопомітним лідерством останнього; більш помітну частку складних автомотопоходів.

У табл. 1 наведені узагальнені за досліджуваний період дані про кількість категорійних походів у розрізі видів туризму і частку, яка припадає з-поміж них на походи вищих категорій складності. Найбільшими є частки вітрильних, автомото- і гірських походів (16, 12,5 і 10,5% відповідно), що можна пояснити найбільшими фінансовими затратами на організацію таких походів (дорожніх для гірських і на засоби пересування для інших двох), що суттєво обмежує кількість туристів, які могли б долучатися до таких видів туризму, і готових нести значні затрати на походи нижчих категорій складності, які не дають активного спортивного росту. Незначна частка найскладніших піших походів, вочевидь, зумовлена саме їхньою доступністю і через те масовістю нескладних походів. Відсутність складних спелеопоходів зумовлена тим, що спелеологи входять до Федерації СТ переважно формально та функціонують на власних засадах, не розвиваючи спелеотуризм як вид спорту.

При цьому частка походів IV-VI к. с. (529) у загальній кількості кате-горійних походів (10010) становить лише 5,3%, що є фактом не дуже втішним. Частка учасників походів IV-VI к. с. (3840) з-поміж учасників усіх категорійних походів (86102) є ще меншою і становить 4,5%, що пояснюється меншим пересічним кількісним складом груп у найскладніших походах.

Серед походів IV-VI к. с. за досліджуваний період більше половини припадає на «четвірки»; найменшою (5,7%) є частка «шестірок» (рис. 2).

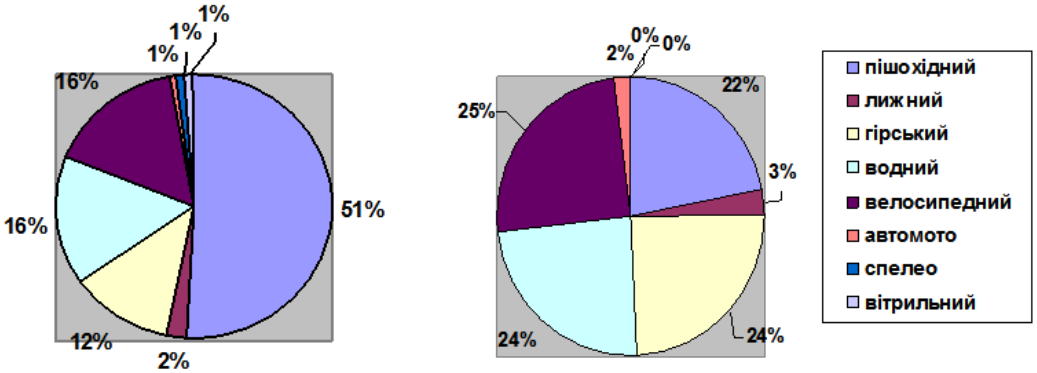

Рис. 1. Співвідношення сумарної кількості категорійних походів загалом (ліворуч) і походів IV-VI к. с. (праворуч) за 2005-2017 рр. з окремих видів туризму

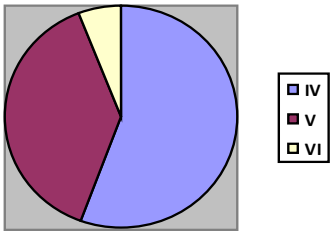

Рис. 2. Співвідношення походів IV, V і VI к. с.

Динаміка кількості походів IV-VI к. с. з усіх видів туризму представлена в табл. 2. Найбільше таких походів (по 70) припадає на 2007 і 2008 роки.

Як зазначалося раніше, перехід ЦМКК у 2010 році на звітність за новою формою (з виділенням окремо розглянутих і зарахованих походів) суттєво ускладнює об'єктивність виявлення особливостей динаміки кількості походів IV-VI к. с. впродовж досліджуваного періоду. В окремі роки зараховані походи становили менше половини розглянутих (рис. 3). Загалом із 493 розглянутих у 2010-2017 рр. походів IV-VI к. с. було зараховано лише 243 (49,3%), при цьому частка зарахованих гірських походів була найменшою і становила 26% від розглянутих. З огляду на те, що більшість незарахованих походів існують лише на папері, до аналізу після 2010 р. були включені саме зараховані походи.

Для більш детального дослідження динаміки походів IV-VI к. с. з окремих видів туризму побудовано діаграми (рис. 4-8), що дозволило виявити як спільні тенденції, так і видові особливості. Власне, спільним для усіх видів походів є збільшення їхньої кількості у першій частині досліджуваного періоду і подальше суттєве скорочення, а відмінності полягають в абсолютних значеннях кількості походів і часі досягнення максимальних показників. Так, для піших походів, на відміну від інших, позитивні тенденції продовжувалися довше, до 2009 року (рис. 4.), тоді як для лижних, гірських і водних походів негативні зміни почалися після 2007 року (рис. 5-7).

Таблиця 1

Загальна кількість категорійних спортивних походів з окремих видів туризму (2005-2017 рр.)

Вид туризму	Категорійні СП загалом	Походи IV-VI к. с.	
		Кількість	Частка, %
Пішохідний	5038	114	2,3
Лижний	238	16	6,7
Гірський	1187	125	10,5
Водний	1617	123	7,6
Велотуризм	1653	130	7,9
Автомото	80	10	12,5
Спелео	121	0	0
Вітрильний	86	14	16,3
Разом	**10010**	**529**	**5,3**

Джерело: таблиця складена автором за даними щорічних звітів ЦМКК про роботу ОМКК ФСТУ

Складні лижні походи традиційно проводилися в Хібінах, Полярному і Приполярному Уралі та у ще більш віддалених регіонах РФ, тому їхня кількість зараз є незначною (рис. 5), а після 2010 року складні лижні походи практично не проводилися. Динаміка кількості велопоходів має свої особливості, зокрема найбільші кількісні показники були досягнуті у 2012 і 2013 роках, а також попри дуже значне скорочення, кількість велопоходів і в останні роки є помітною.

Узагальнено стан підготовки туристів-спортсменів через участь і керівництво походами відо-

Таблиця 2

Загальна кількість походів IV-VI к. с. з усіх видів туризму (2005-2017 рр.)

2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
30	61	70	70	56	32	31	55	47	20	15	25	17

Джерело: таблиця складена автором за даними щорічних звітів ЦМКК про роботу ОМКК ФСТУ

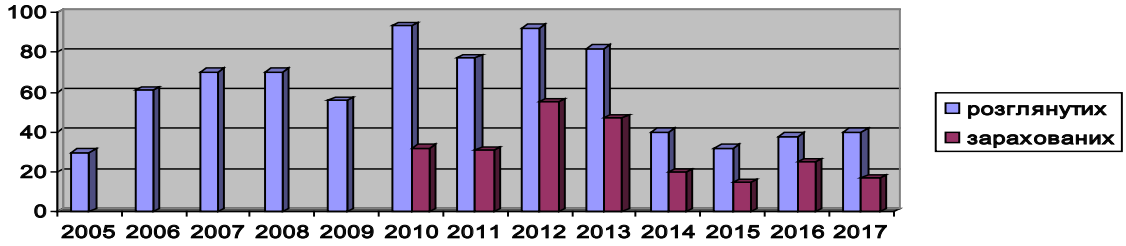

Рис. 3. Співвідношення загальної кількості розглянутих і зарахованих спортивних туристських походів IV-VI к. с. (2005-2017 рр.)

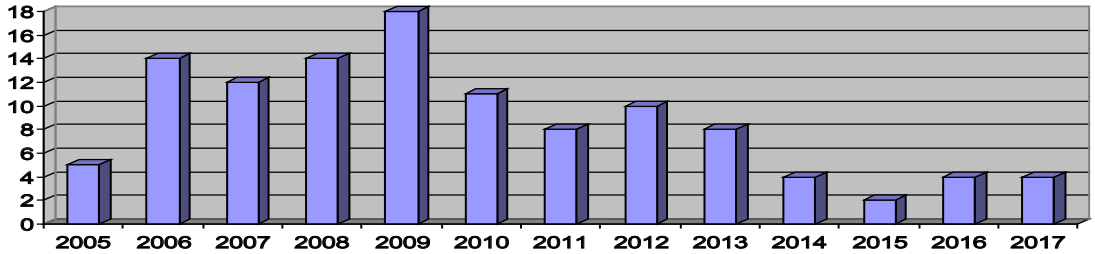

Рис. 4. Загальна кількість піших походів IV-VI к. с. (2005-2017 рр.)

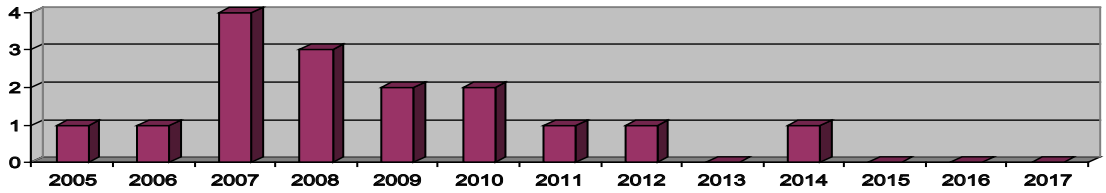

Рис. 5. Загальна кількість лижних походів IV-VI к. с. (2005-2017 рр.)

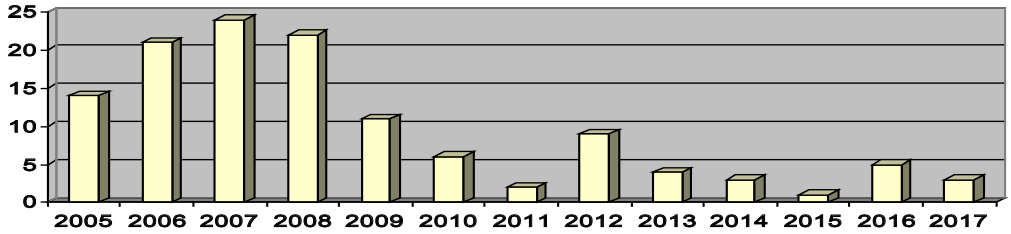

Рис. 6. Загальна кількість гірських походів IV-VI к. с. (2005-2017 рр.)

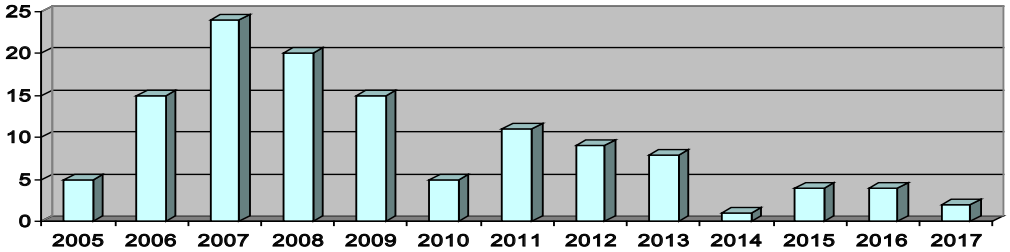

Рис. 7. Загальна кількість водних походів IV-VI к. с. (2005-2017 рр.)

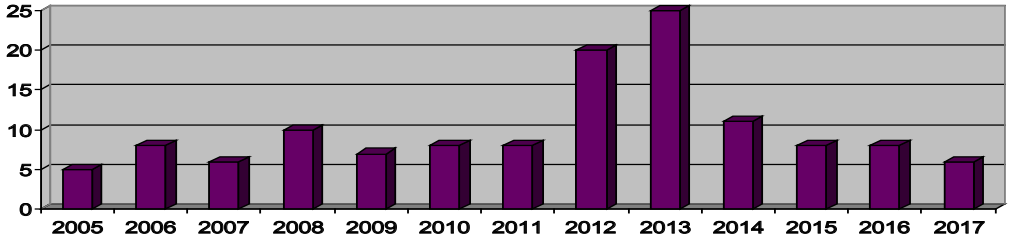

Рис. 8. Загальна кількість велосипедних походів IV-VI к. с. (2005-2017 рр.)

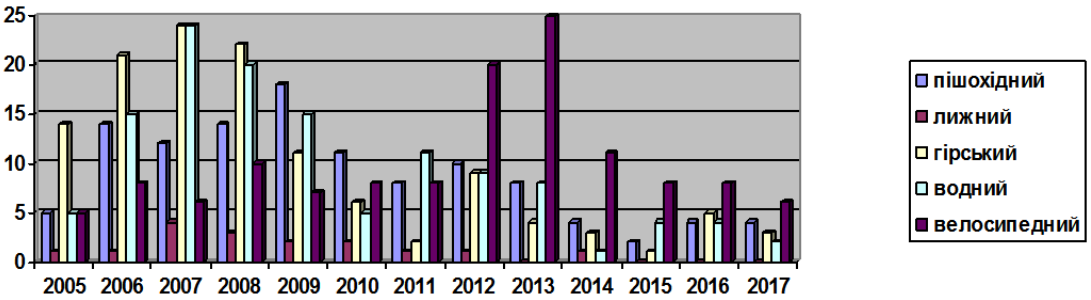

Рис. 9. Загальна кількість походів IV-VI к. с. з окремих видів туризму (2005-2017 рр.)

бражає рис. 9, де представлена для порівняння кількість найскладніших походів із розглянутих видів туризму, які є найбільш популярними і з яких більш-менш регулярно проводилися Чемпіонати.

Найбільша кількість складних походів до 2008 року припадає на гірські походи, проте в наступні роки їхня частка значно зменшилася. Кількість складних піших і водних походів також є значною і порівнянною з гірськими. Чітка позитивна динаміка і суттєва частка була характерною для велотуризму. З 2012 р. велотуризм суттєво випередив інші види туризму за кількістю складних походів, проте і він не уник негативних тенденцій після 2014 р.

Подібні тенденції проглядаються і у представництві Чемпіонатів СТ по-ходів, які проводилися у 2010-2017 рр. (табл. 3). Разом у найбільш масових і регулярних Чемпіонатах з чотирьох видів туризму взяли участь 266 походів IV-VI к. с.,

Таблиця 3

Кількість походів IV-VI к. с., учасників Чемпіонату СТ походів

Рік/вид туризму	Піший			Гірський			Водний			Вело			Разом
	IV	V	VI	IV	V	VI	IV	V	VI	IV	V	VI	
2010	4	5		7	4	2	3	3		7	8	1	**44**
2011	6	7			6		1	1	1	8	4	2	**36**
2012		7		8			6	5	2	7	3	5	**43**
2013	8			3	3		4	4		8	10		**40**
2014	3	3			4	3				7		8	**28**
2015	5	1		6				4	2		7		**25**
2016					4	2		6		6		6	**24**
2017		6		6				6		2	6		**26**
Разом	**26**	**29**	**-**	**30**	**21**	**7**	**14**	**29**	**5**	**45**	**38**	**22**	**266**

* - сірим виділені Чемпіонати, що проводилися в об'єднаних групах походів

найбільша частка з яких (39,5%) припадає на велопоходи. Слід зазначити, що Чемпіонати СТ походів з інших видів туризму проводилися вкрай нерегулярно і переважно в об'єднаних групах, які включали походи III, II і навіть I к. с. (насамперед, автомототуризм). З лижних походів Чемпіонати проводилися у 2010 (III-V к. с.) і 2016 р. (I-III к.с.), з вітрильного – лише у 2012 р. (V к. с.). Особливістю Чемпіонату 2017 р. стало масове включення до участі походів нижчих категорій з усіх видів туризму через неможливість забезпечити мінімальну кількість учасників (6 походів) вищих категорій складності.

Висновки з даного дослідження та перспективи. Попри економічні негаразди і численні проблеми, які стали на заваді розвитку СТ в Україні, з середини 2000-х років спостерігалися певні позитивні тенденції у розвитку окремих видів туризму (передусім, велосипедного). Позитивні зрушення відбулися значною мірою завдяки створенню Федерації СТ України та її територіальних структур [1, с. 54]. Одним із найбільш важливих результатів роботи Федерації стало напрацювання нормативної бази СТ. Проте, з 2012 року намітилися певні негативні тенденції, зумовлені значною мірою соціально-економічними чинниками. 2014 рік став украй несприятливим для проведення походів через низку причин, головними з яких є анексія Криму та військова агресія РФ. На жаль, умов для відновлення позитивних тенденцій розвитку СТ в Україні поки що очікувати важко. При цьому, деякі виділені в дослідженні сучасні особливості СТ вказують на початок його поступового перетворення з виду спорту, який до того ж є мало видовищним, на елітний вид активного відпочинку.

Список літератури:

1. Зігунов В. Історичні аспекти розвитку Федерації спортивного туризму України / В. Зігунов // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Збірник наукових праць. Т. 1, 2008. – С. 54-56.
2. Остапчук В.В. Сучасний стан розвитку спортивного туризму в Україні / В.В. Остапчук // Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти: Збірник наукових праць.– Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я.М., 2016. – С. 379-386.
3. Остапчук В.В. Сучасні особливості спортивних туристських походів в Україні / В.В. Остапчук // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Географія. – Тернопіль: СМП "Тайп". – № 2 (випуск 43). – 2017. – С. 93-100.
4. Соколов В.А. О насущной проблеме в системе спортивного туризма // Туризм и современность: состояние, проблемы и прогнозы развития: Сборник материалов Международной научно-практической конференции, 2018. – Москва. – С. 116-121.

Остапчук В.В.
Нежинский государственный университет имени Николая Гоголя

СОВРЕМЕННЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА КАК ВИДА СПОРТА В УКРАИНЕ

Аннотация
На основании анализа количественных показателей походов высших категорий сложности (с четвертой по шестую) прослеживается состояние подготовки туристских кадров и спортсменов-разрядников наивысшего уровня. На основании отчетов ЦМКК анализируется динамика наиболее сложных спортивных туристских походов из пешеходного, горного, водного, велосипедного и лыжного туризма. Прослеживаются особенности видовой структуры походов высших категорий сложности. Рассматриваются и анализируются показатели Чемпионатов Украины спортивных туристских походов. На основании выявленных статистических закономерностей анализируются особенности спортивного туризма как неолимпийского вида спорта на современном этапе.
Ключевые слова: спортивный поход, категория сложности, Чемпионат.

Ostapchuk V.V.
Nizhyn State University named after Nikolai Gogol

CURRENT FEATURES OF SPORT-TOURISM DEVELOPMENT AS A SPORT IN UKRAINE

Summary
On the basis of the analysis of the quantitative indicators of campaigns of the higher categories of complexity (from the fourth to the sixth), the state of training of tourist staff and athletes-dischargers of the highest level can be traced. Based on the reports of the CMMC, the dynamics of the most challenging sports hiking trips from hiking, mountain, water, cycling and skiing is analyzed. Features of the specific structure of campaigns of higher categories of complexity are traced. The indexes of the Ukrainian Championships of sporting hiking trips are considered and analyzed. On the basis of the revealed statistical laws, the features of sports tourism as a non-Olympic sport at the present stage are analyzed.
Keywords: sport trips, categorical hiking, Championship.

УДК 796.51-057.87

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТУРИСТИЧНИХ ПОХОДІВ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Поліщук В.В.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

В статті висвітлюються основні вимоги та особливості щодо організації подорожей зі студентською молоддю, категорії складності походів, їх види. Аналізується важливість ретельної підготовки керівника групи перед проведенням подорожі. Специфіка туристської діяльності полягає в автономності походів, коли безпека залежить лише від керівника та його групи туристів. Подолання природних перешкод можливе тільки у разі колективної взаємодії та за умови взаємодопомоги, що вимагає від туристів поступатися власними інтересами заради інтересів колективу для успішного подолання туристичної подорожі.
Ключові слова: туристсько-краєзнавча робота, студент, туристична подорож, організація туристичної подорожі.

Постановка проблеми. Останнім часом туризм дедалі впевненіше входить у життя молоді, посідаючи вагоме місце у позанавчальній виховній роботі. Однак, незважаючи на те, що туризм у багатьох навчальних закладах став одним з важливих засобів всебічного розвитку молоді, питання особливостей підготовки та проведення туристичних подорожей ще й досі мало розроблені.

Туристична робота характеризується комплексом позитивних моментів навчально-педагогічного процесу; вона розширює і збагачує кругозір студентів, активізує їхню розумову діяльність, сприяє розвитку в них цінних якостей (колективізму, товариськості, взаєморозумінні, поваги один до одного тощо), виховує вольові якості, розвиває інтелект, прищеплює уміння самостійно робити висновки на основі спостережень, виробляє практичні навички (уміння орієнтуватися на місцевості, вибирати місце та розбивати бівуак, готувати їжу, надавати першу медичну допомогу потерпілому тощо), розвиває естетичні смаки, залучає студентів до доступних для їх віку форм пошуково-дослідницької роботи, забезпечує фізичний розвиток, загартовує організм; тісно пов'язує навчання з життям; поглиблює процес трудового виховання; зміцнює міжпредметні зв'язки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз документальних, літературних та інших джерел вказує на те, що за останні роки роль краєзнавчо-туристської роботи в освіті значно підвищилася. Про це свідчить той факт, що, при отриманні ряду спеціальностей («Географія і біологія», «Біологія і географія», «Географія і фізична культура», «Географія та історія»), майбутнім учителям присвоюється кваліфікація «Організатор краєзнавчо-туристської роботи». Крім того, відповідно до національної програми «Освіта» («Україна XXI ст.») розробляються концепції неперервної освіти з усіх навчальних предметів, у тому числі й краєзнавчо-туристського напряму.

Питання нерозривного зв'язку теорії з практикою під час засвоєння краєзнавчо-туристичних знань висвітлені в працях: О.В. Бондаренко, А.В. Даринського, О.Ю. Дмитрука, М.Ю. Костриці, М.П. Крачила, М.І. Кузьми-Качур, Я.Б. Олійника, Г.П. Пірожкова, К.Ф. Строєва, О.В. Тімець, П.Г. Шищенка та інших [5, с. 12]. Вони роблять акцент на тому, що вивчення рідного краю на практиці сприяє поліпшенню засвоєння навчального матеріалу студентами природничих спеціальностей, а також формуванню у них стійкої системи знань, умінь та навичок. Саме тому проведення краєзнавчих екскурсій, подорожей та експедицій

© Поліщук В.В., 2019

є практичною стороною для засвоєння географічних, краєзнавчих та туристичних знань.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Туристичні походи, як один із видів відпочинку, бувають різними за видами, тривалості і складності. Багатьом учасникам туристичного походу не дуже важлива спортивна складова такого заходу. Ви і ваші супутники повинні зрозуміти чого ви хочете отримати від такого походу. Адже в більшості випадків багато учасників походу хочуть просто відпочити без зайвих моральних і фізичних навантажень.

Туристичних походів існує досить велика кількість, а саме: пішохідні, гірські, велосипедні, водні та ін. Тому в першу чергу потрібно підібрати такий вид туристичного походу, який буде найбільш цікавим для групи, що подорожуватиме. Але обов'язково потрібно враховувати, що кожен з видів має свої характерні особливості, які до кінця не висвітлені в літературі. У зв'язку із цим будь-яке перебування людини на природі вимагає спеціальної підготовки.

Формулювання цілей статті. В процесі написання статті були поставленні цілі: – описано організаційно-методичні основи навчання для отримання туристичного рівня студента в системі туризму; – надано рекомендації безпечної організації подорожі, бівуаку.

Виклад основного матеріалу дослідження. В залежності від особливостей проведення занять краєзнавчого туризму перед студентами (учасниками майбутньої подорожі) ставиться певна мета, яка передбачає ознайомлення на місці з районом подорожі, пошуково-дослідницькі роботи, забезпечення фізичного розвитку, спортивного вдосконалення, здорового відпочинку молоді тощо. Виходячи з поставленої мети подорожі відразу визначають конкретні завдання, які можуть бути різними, залежно фізичної підготовки учасників туристської подорожі, її складності й тривалості, від фінансових можливостей, забезпеченості належним високоякісним спорядженням та продуктами харчування, а також інших умов сприятливих та несприятливих умов під час подорожі. Ні в якому разі головною метою туристської подорожі не може бути розважальна. Важливою умовою будь-якої подорожі є дослідження рідного краю або ж місцевості іншого району, виконання суспільно-корисної роботи [1, с. 32].

Туристична подорож, передбачає вирішення не одного завдання, а ставить за мету навчити учасників подорожі знаходити виходи з непередбачуваних ситуацій. Проте головним під час подорожі стає виконання прикладних пошуково-дослідницьких робіт. Студенти зазвичай паралельно виконують завдання різних державних організацій, установ, місцевих Рад народних депутатів, науково-дослідних інститутів, вищих навчальних закладів тощо. Керівник та учасники подорожі повинні добре знати, які завдання з пошуково-дослідницької та суспільно-корисної роботи потрібно виконувати під час мандрівки. Всі повинні розуміти, що кожна туристична подорож – це поглиблене пізнання Батьківщини та інших країн.

Мандруючи своєю країною, студенти ознайомлюються з її героїчною історією, унікальною природою, творчою працею людей, важливими проблемами і досягненнями господарства.

У підготовчий період вибирають і вивчають район майбутньої подорожі. При цьому її керівники повинні знати, що забороняються далекі подорожі, якщо студенти не ходили у туристичні походи. Лише з нагромадженням туристського досвіду можна планувати багатоденні подорожі за межі області, а в подальшому і за межі країни. Крім того, для здійснення далекої подорожі всі її учасники повинні виконати норматив «Турист» [6, с. 380].

Таким чином, розпочинати подорожі найкраще у своєму районі чи області. Перші місцеві походи не потребують тривалого часу на під'їзди, великих витрат, на переїзди і туристське спорядження. А після походів по рідному краю можна вибирати для подорожей інші місця. Перевага надається тим місцям, які мають найбільш пізнавальний характер. Разом з тим слід враховувати їх віддаленість від житлової місцевості, наявність зручних шляхів, час перебування, транспортні та інші витрати.

Район подорожі рекомендуємо вивчати всім складом її учасників. Колективне вивчення згуртовує групу, поглиблює процес засвоєння необхідного матеріалу, потрібного для кращого сприймання та пізнання побаченого. На основі опрацьованого матеріалу складають географічний опис району майбутньої подорожі, до якого включають дані про природні умови, передусім про рельєф місцевості, перепади температури у місцях, де пролягає маршрут походу, про кількість опадів, найбільш імовірну погоду на всі дні продовження маршруту, місцезнаходження екскурсійних об'єктів [2, с. 121].

Плануючи подорож, керівник встановлює прямі контакти з місцевими установами та організаціями, повідомляє письмово про намічені строки подорожі, робить запит про надання відомостей, які допоможуть до неї підготуватися (про тип і стан шляхів сполучення та засобів зв'язку, можливість придбання на місці спорядження і продуктів харчування та ціни на них тощо). З'ясовує також питання про проведення під час подорожі суспільно корисної роботи, організовує переписку з краєзнавцями, старожилами, лісниками, мисливцями. Попереднє детальне вивчення району подорожі потрібне для розробки маршруту туристичного походу, так для гарантування його безпеки.

Розробка маршруту походу. Після детального вчення району майбутньої подорожі вибирають і розробляють маршрут, визначаючи насамперед його часткову та кінцеву точки, а також основні через які він проходитиме. Обираючи маршрут, керуються метою та завданнями подорожі. При цьому слід пам'ятати про тривалість походу, фінансові можливості, туристичну підготовку та засоби пересування. Основною вимогою до вибору туристського маршруту є його пізнавальне значення [4, с. 159].

Складність маршруту походу повинна відповідати стану фізичної підготовленості учасників і набутому ними досвіду. Саме від цього залежить категорія складності походу. Якщо його учасники мають досвід проходження простих маршрутів, то плануються складніші. Виходячи з цього збільшують протяжність маршруту, передбачають додаткові природні перешкоди. При

подоланні гірських перевалів, перешкод на пересіченій місцевості, лісових і заболочених ділянок туристи повинні розраховувати насамперед на власні сили, досвід та уміння. Однак навіть при задовільній фізичній підготовці учасників походу не варто захоплюватися складними маршрутами, особливо по безлюдній місцевості. Це ускладнить подорож, обмежить можливості детального ознайомлення з наміченими для огляду цікавими об'єктами, порушить календарні строки походу, викличе фізичну перевтому туристів, моральне їх незадоволення, а то й призведе до виникнення надзвичайних ситуацій, які можуть мати негативні наслідки.

При плануванні маршруту намічають поступове зростання протяжності та складності природних перешкод. Проходження технічно найскладніших ділянок планується на другу третину походу, оскільки до цього маса рюкзака ще велика та й учасники походу ще не повністю увійшли у робочий ритм переходів. На цій частині маршруту передбачається подолання найважчих ділянок, відвідання найбільшої кількості екскурсійних об'єктів. На 4-5-ту добу планується перша днівка для відпочинку, припасування та лагодження спорядження [6, с. 381].

Плануючи маршрут, треба дотримуватися такої практики, щоб по можливості зменшити навантаження на учасників походу. Для цього заздалегідь намічають пункти, куди можна надіслати поштою або транспортом частину продуктів і де можна поповнити їх каси. Рекомендується також створювати базові табори, з яких проводити радіальні маршрути з мінімальним навантаженням. Окрім основного маршруту подорожі планують полегшений запасний варіант. Він знадобиться тоді, коли неможливо буде йти основним маршрутом через хворобу, одного з учасників походу через несприятливі природно-погодні умови (погіршення погоди, розлив річок, підвищення лавинонебезпечності, пожежа в лісі тощо).

Залежно від конкретних умов, специфіки подорожі, підготовленості туристичної групи обирають і тактичний варіант маршруту: лінійний (наскрізний); радіальний або лінійно-радіальний; кільцевий. Лінійний маршрут – це такий, у якого початкова та кінцева точки розташовані в протилежних кінцях. Він передбачає проходження значних відстаней, що дає можливість досить повно ознайомитися з районом подорожі. Лінійні маршрути найскладніші, але й найбільш пізнавальні. Тому ними найчастіше користуються у практиці туризму, незважаючи навіть на певні незручності (на таких маршрутах немає можливості створювати базові табори, де можна залишити частину вантажу та поповнити запаси продуктів) [7, с. 34].

Радіальний маршрут передбачає кількаденні походи від базового табору, далекі екскурсії або розвідувальні виходи з відхиленням від основного маршруту. Радіальні виходи, як правило, роблять від основного маршруту для огляду цікавих у пізнавальному значенні об'єктів.

Кільцевий варіант характерний тим, що початок і кінець маршруту розташовані в одній точці. Він зручний, бо туристи повертаються в початкову точку походу, де можна заздалегідь замовити квитки на зворотний шлях.

Одна з обов'язкових вимог до туристичного маршруту – наявність зручних під'їздів і підходів. При цьому дотримуються такого правила: час на під'їзди до маршруту та на зворотний шлях, а також транспортні витрати не повинні перевищувати чверті затрат часу та коштів на всю подорож.

Під час розробки маршруту орієнтовно визначають категорію його складності, користуючись нормативами, вказаними у Правилах організації туристичних подорожей. Складність маршруту залежить насамперед від рівня туристичної підготовки учасників (студентів) і керівників [5, с. 23].

Основними чинниками, що характеризують категорію складності туристичного маршруту, є загальна його довжина та протяжність ділянок з природними перешкодами. На пішохідних маршрутах це ділянки з дуже пересіченою місцевістю, наявністю буреломів та завалів, рівнин або чагарників, заболочених земель, осипів, скельних виходів, гірських перевалів, переправ через водні перешкоди тощо. Природними перешкодами для лижних подорожей є: снігова цілина, на якій потрібно прокладати лижню; дуже пересічена місцевість, ліс з густим переліском, бурелом; суворі погодні умови (низька температура, сильні вітри, висока вологість повітря); відсутність дров [7, с. 40].

Маршрут довготривалої подорожі повинен проходити через найзручніші природні шляхи (польові дороги, стежки, долини річок, струмки, обладнані переправи через водні перешкоди, гірські перевали), а також населені пункти, бази, метеорологічні станції, гідромости. Проміжні населені пункти та різноманітні бази і станції є опорними пунктами для туристичних груп. У них туристи влаштовують ночівлі та днівки, лагодять і припасовують спорядження, поповнюють запаси продуктів телеграфують про проходження маршруту.

Враховуючи наявність природних перешкод, рівень фізичної і технічної підготовленості студентів (учасників походу), масу їх рюкзаків, темп руху, час для пошукової роботи, розташування населених пунктів і наявність екскурсійних об'єктів, для огляду яких необхідні зупинки, розробляють календарний план походу, графік руху в цілому і денних переходів зокрема. При цьому потрібно залишати резервний час на випадок негоди, непередбаченої природної перешкоди, хвороби когось з учасників походу тощо. Для п'яти-, семиденного походів рекомендується мати в резерві один день, а для двотижневого – два дні [3, с. 331].

Формування групи та розподіл обов'язків. Практика свідчить, що найкраще, коли у групі 12-16 чоловік. Наявність більшої кількості учасників викликає певні труднощі під час переїздів, ночівель тощо. Важливо, щоб учасники подорожі були приблизно однакові за віком, фізичною та спеціальною підготовкою, витривалістю, психологічно сумісні. Бажано, щоб вони були об'єднані спільними інтересами.

Важливим моментом в організації подорожі є розподіл обов'язків у групі. При цьому повинні бути враховані туристичний досвід, фізичні дані, практичні навички, бажання виконувати ті чи інші доручення [1, с. 189].

Керівника групи призначає та затверджує педагогічна рада, та деканат. Керівник відпові-

дає за підготовку і проведення подорожі, формує групу та організовує всіх її членів. Він відповідає за безпеку учасників подорожі та успішне проходження маршруту. Після закінчення подорожі керівник очолює підготовку звіту.

Заступником керівника може бути викладач, лаборант, студент, представник шефів, студент-практикант, досвідчений турист тощо. Заступник є головним помічником керівника його розпорядження обов'язкові для всіх учасників подорожі, довше діє відповідно до рішень керівника. У разі відсутності керівника на окремих етапах підготовки до подорожі або у випадку тимчасового поділу групи на маршруті він виконує роль керівника.

З метою кращої організації руху на маршруті призначають направляючого та замикаючого. Це переважно досвідчені студенти, добре фізично розвинені та витривалі. Бажано, щоб вони мали певний туристський досвід. Направляючий задає та регулює темп руху, а замикаючий стежить за тим, щоб під час руху групи на маршруті не було відстаючих. В разі потреби замикаючий надає допомогу відстаючим.

Залежно від виду туризму, пори року, району подорожі та можливостей групи готується спеціальне групове й особисте спорядження, а також ремонтний інвентар. Спорядження повинно бути порівняно легким і мінімальним кількісно. У переліку його вказують масу кожного предмета. Правильно підібране спорядження є важливою умовою успішної подорожі.

У туристських походах важливе значення надається організації бівуаку. Бівуак – це місце відпочинку туристів. Тут вони харчуються, відпочивають, розважаються, сплять і готуються до наступних переходів. Бівуак розбивається у мальовничому, затишному і зручному для організації ночівлі місці, де є порівняно рівний сухий майданчик для встановлення наметів і розпалювання вогнища, джерело питної води і сухе паливо для приготування їжі та розведення нічного багаття. Однією з найважливіших вимог при виборі місця для бівуаку є гарантування безпеки. Отже, тут не повинно бути загрози затоплення, обвалу, каменепаду, лавини, селю тощо. Не рекомендується розбивати бівуаки на краю урвищ берегів річок або озер. Під ударами хвиль стрімкі береги можуть обвалитися разом з наметами. Не варто розбивати бівуаки поблизу низьких і заболочених берегів, улоговин та западин [7, с. 38].

Організовуючи бівуак, передусім встановлюють намети входом до вогнища. Якщо немає можливості розбити бівуак у закритому від вітру місці, то намети ставлять задньою стінкою до вітру. При встановленні наметів на вологому грунті під днища їх настеляють шар із сухої трави, листя, моху, хвої тощо. Та найкраще розстелити поліетиленову клейонку а на неї постелити пінопластові килимки.

Вогнище розпалюють з підвітряного боку на відстані 6-8 м від наметів, для безпеки обкопуючи його рівчаком.

Для приготування їжі розкладають багаття типу «курінь» або «криниця». Багаття використовується як для приготування їжі, так і для обігрівання, сушіння одягу та взуття. Розпалюють багаття папером, березовим лубом, сухими дрібними ялиновими гілками і сучками. При негоді, коли дрова зволожені, для розігріву використовують сухий спирт і солярку.

При проведенні походів слід дотримуватися пожежної безпеки. Забезпечення пожежної безпеки здійснюється прийняттям ряду заходів згідно з Інструкцією про пожежну безпеку, розроблену організатором походу на основі «Правил пожежної безпеки...». Ці заходи спрямовані на запобігання пожежі у природному середовищу, де перебуває група, а також на організацію дій групи під час пожежі, що виникла з різних причин [3, с. 441].

Відповідальною роботою для туристів є знімання бівуаку і приведення в належний порядок його території. Значно менше роботи, коли всі члени групи дотримуються чистоти, виконуючи санітарно-гігієнічні правила. Все горюче сміття спалюється, а негорюче – закопується. Вогнище заливається водою, а місце його обкладається дерном. Все придатне для інших туристів акуратно складається на видному місці.

Для успішного проходження маршруту дуже важливо правильно і раціонально організувати харчування. Забезпечення туристів продуктами харчування повинно покривати витрати їхньої енергії під час походу. Фізичне навантаження і витрати енергії у туристському поході значно збільшуються. Навіть в умовах нескладного маршруту ці витрати становлять щодня на кожну людину 3500-4000 кал. Тому їжа має бути калорійною. Калорійність добового раціону дорівнює близько 4000 кал.

Продукти необхідно раціонально підібрати. Вони повинні містити оптимальну кількість жирів, білків вуглеводів, бути насичені вітамінами і мінеральними солями, мати мінімальну масу, добру транспортабельність, тривалий строк зберігання. Важливо, щоб з похідних продуктів легко й швидко можна було приготувати різні страви.

Медичне забезпечення подорожі. Туристські походи, зокрема категорійні, доступні лише цілком здоровим, фізично добре тренованим людям. Готуючись до таких походів, кожен учасник зобов'язаний пройти медичний огляд і мати довідку від лікаря, що засвідчує добрий стан здоров'я і дає право вирушати у подорож [4, с. 157].

У походи вихідного дня можуть виходити і не зовсім здорові люди, навіть з деякими фізичними вадами. Перебуваючи у поході, вони рухаються, дихають чистим повітрям, долають фізичні навантаження. Тим самим вони тренують і загартовують свій організм, зміцнюючи здоров'я.

Медична допомога в туристській групі здійснюється у вигляді само- і взаємодопомоги під керівництвом осіб, які найкраще знають цю справу. Проте кожен з членів групи повинен мати елементарні навички надання першої медичної допомоги. Спеціально підготовлений санінструктор групи, керівник або заступник керівника повинен уміти:

1) проводити реанімаційні заходи; ефект реанімації (відновлення життєвих функцій), кожен учасник походу повинен вміти робити штучне дихання способом «рот в рот» або «рот в ніс» (в разі зупинки дихання) і зовнішній масаж серця (при зупинці серцевої діяльності);

2) зупиняти кровотечу джгутом;

3) проводити профілактику простудних захворювань;

4) забезпечувати профілактику харчових отруєнь;

5) проводити профілактику травм;

6) проводити профілактику перевтоми;

7) надавати медичну допомогу при травмах, з яких найбільш небезпечними вважається травматичний шок, забої і розтягнення, рани та садна, переломи кісток і вивихи, опіки, відмороження, замерзання, снігова сліпота, ураження блискавкою;

8) вміти ліквідувати фурункули, карбункули, гідраденіти;

9) вправно усувати сторонні тіла, що попали в око;

10) лікувати натертості шкіри [5, с. 32].

Висновки з даного дослідження і перспективи. Туризм, як найбільш ефективний засіб задоволення рекреаційних потреб, поєднує різні види діяльності – оздоровлення, пізнання, відновлення виробничих сил; це складова частина охорони здоров'я, фізичної культури; це засіб духовного, культурного й соціального розвитку особистості.

Отже, в результаті отримання краєзнавчо-туристичних знань та закріплення їх під час походів, студенти досліджують свій рідний край, здобувають нові знання, пізнають суть явищ і процесів шляхом живого споглядання природи. Підготовка студентів-туристів вимагає краєзнавчого спрямування, засвоєння знань про природні, господарські особливості розвитку рідного краю.

Список літератури:

1. Булашев А.Я. Спортивный туризм: учебник / А.Я. Булашев. – Харьков: ХГАФК, 2009. – 332 с.
2. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму: навч. посіб. для закл. освіт. / В.Д. Дехтяр. – К.: Наук. світ, 2003. – 203 с.
3. Козинець В.М. Безпека життєдіяльності у сфері туризму : навч. посібн. / В.М. Козинець. – К. Вид-во "Кондор", 2006. – 576 с.
4. Костюкова О. Екскурійне краєзнавство – важлива компонента підготовки фахівців спеціальності «Туризм» у вищих навчальних закладах / О. Костюкова // XII Всеукраїнська наукова історико-краєзнавча конференція «Освітянське краєзнавство: досвід, проблеми, перспективи, присвячена 200-річчю від дня народження українських просвітителів І. Вагилевича та М. Шашкевича (6-7 жовтня 2011 року). Збірник матеріалів. – Івано-Франківськ: «Лілея – НВ», 2011. – С. 156-160.
5. Мулик К.В. Методична система використання спортивно-оздоровчого туризму в процесі фізичного виховання школярів і студентів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.02. – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) / Катерина Віталіївна Мулик. – Чернігів, 2016. – 40 с.
6. Остапчук В.В. Сучасний стан розвитку спортивного туризму в Україні / В.В. Остапчук // Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти: Збірник наукових праць. – Додаток до гуманітарного віснику ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я.М., 2016. – С. 379-386.
7. Пангелов Б.П. Організація і проведення туристсько-краєзнавчих подорожей: навч. посіб. / Б.П. Пангелов. – К.: Академвидав, 2010. – 248 с.
8. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні засади туристсько-краєзнавчої роботи у вищих навчальних закладах: [навч.-метод. посібн.] / Н.Є. Пангелова, Б.П. Пангелов. – Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О.М., 2015. – 202 с.
9. Поліщук В.В. Розвиток рухових і розумових здібностей дітей 5 і 6 років життя в процесі фізичного виховання засобами дошкільного туризму: дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту / В.В. Поліщук. – Переяслав-Хмельницький, 2008. – 266 с.

Полищук В.В.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Аннотация
В статье освещаются основные требования и особенности относительно организации путешествий со студенческой молодежью, категории сложности походов, их виды. Анализируется важность тщательной подготовки руководителя группы перед проведением путешествия. Специфика туристской деятельности заключается в автономности походов, когда безопасность зависит лишь от руководителя и его группы туристов. Преодоление естественных препятствий возможно только в случае коллективного взаимодействия и при условии взаимопомощи, которая требует от туристов уступать собственные интересы ради интересов коллектива для успешного преодоления туристического путешествия.
Ключевые слова: туристско-краеведческая работа, студент, туристическое путешествие, организация туристического путешествия.

Polishchuk V.V.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

FEATURES OF THE ORGANIZATION OF TOURIST TRIPS OF STUDENTS FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION

Summary
The article highlights the main requirements and features of the organization of travel with students, categories of complexity of hikes, their types. The importance of careful preparation of the team leader before the trip is analyzed. The specifics of tourist activity are the autonomy of hiking, when security depends only on the leader and his group of tourists. The overcoming of natural obstacles is possible only in the case of collective interaction and under the condition of mutual assistance, which requires tourists to give their own interests for the sake of collective interests for the successful overcoming of tourist travel.
Keywords: tourist and local lore work, student, tourist trip, organization of a tourist trip.

УДК 359.09

МАРКЕТИНГОВІ ПІДХОДИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ВІРМЕНСЬКОГО СПАДКУ В УКРАЇНІ ДЛЯ РОЗВИТКУ ТУРИЗМУ

Смирнов І.Г.
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Розкрито регіональні особливості вірменського спадку в Україні, як туристичного ресурсу для розвитку туризму. Охарактеризовано історичні та сучасні споруди вірменського походження у Львові, Кам'янці-Подільському,Івано-Франківську, Білгород-Дністровському, смт Голованівську та Ялті (в окупованому Росією Криму).
Ключові слова: вірмени, Україна, етнічний туризм, ресурсна база.

Постановка наукової проблеми. Україна та Вірменія географічно є досить віддаленими країнами, але їх пов'язує не тільки спільне існування у «Радянській імперії», але й тісні економічні та культурні зв'язки протягом більше ніж 1 тисячі років. Вірмени відомі ще з раннього середньовіччя, як організатори транзитної торгівлі та активні учасники відповідних торгівельних шляхів в Україні (таких як Галицько-Подільський шлях Дністром, Соляний чумацький шлях вздовж Дніпра тощо), фундатори вірменських торгівельних осередків (Львів, Кам'янець-Подільський, Білгород-Дністровський, Голованівськ) на цих шляхах, що з'єднували країни Азії (зокрема Близького Сходу) з країнами Західної Європи (зокрема Польщею, Німеччиною тощо). З тих часів в Україні залишилось достатньо багато різноманітних пам'яток вірменського походження, які можуть скласти потужну ресурсну базу для розвитку туризму. Такий туризм може бути орієнтований не тільки на туристів з Вірменії та вірменської діаспори за її межами (де, між іншим, проживає 2/3 вірменів), але й на інших туристів – як українських, так і іноземних. При цьому вірменські історичні релігійні (християнські) та історико-архітектурні пам'ятки відрізняються своїм незвичним східним колоритом, який особливо цікавить туристів. Така ситуація вже нині спостерігається у Львові, Кам'янці-Подільському, де туристичні об'єкти, які мають вірменські корені, є інтегральними складниками екскурсійних маршрутів у цих містах. З іншого боку, туристичний обмін між Україною та Вірменією нині є мінімальним, що пояснюється, мабуть, складними політичними та соціально-економічними ситуаціями, у яких знаходяться наші країни. Так, останніми роками в'їзного туризму з Вірменії до України не зафіксовано взагалі (зате є мігранти у пошуках праці), а з України до Вірменії щорічний туристопотік не перевищує 100 осіб, хоча пропозиції українських турфірм щодо турів до Вірменії в Інтернеті присутні. Зате в Україні існує значна вірменська діаспора, зокрема у Києві, Харкові, Одесі та інших містах (офіційно біля 100 тис., неофіційно біля 500 тис. осіб), що є досить активною і організованою у Спілку вірмен України, яка має і молодіжне крило (зазначимо, що, згідно перепису населення 2001 р., у Вірменії проживало 1633 етнічних українців, більшість з них – це жінки, які приїхали до Вірменії за розподілом після закінчення вишів та вийшли заміж за вірменів). Авторитету цій організації додає і те, що голова Спілки вірмен України Ашот Аванесян обраний головою Ради національних меншин України. Для українських вірмен вірменські пам'ятки, що розташовані на території України та пов'язані з історичними українсько-вірменськими зв'язками та вірменською історією, безперечно являють собою особливу цікавість, отже, на них (вірменське населення України) теж слід орієнтувати інформаційно-рекламне просування

© Смирнов І.Г., 2019

туристичної продукції, пов'язаної з вірменським спадком в Україні. Зазначимо, що між Україною та Вірменією заключено Угоду про співпрацю у галузі туризму (1999 р.), є договори про співпрацю між містами-побратимами Єреваном та Києвом (2001 р.), Одесою (2000 р.), а також між Київським національним університетом імені Тараса Шевченка та Єреванським державним університетом (1997 р.), Національним технічним університетом України «Київський політехнічний інститут» та Державним інженерним університетом Вірменії (2004 р.). У Вірменії створено Єреванську філію Тернопільського національного економічного факультету – єдиного на Південному Кавказі українського вищого навчального закладу, випускники якого отримують українські дипломи. У травні 2013 р. у Єревані було встановлено пам'ятник Т. Г. Шевченку. З вищевикладеного зрозумілою є актуальність статті.

Аналіз останніх досліджень та публікацій з теми статті, показав, що їх небагато. Зокрема, можна відзначити праці таких дослідників як І. Гаюк [1], Я. Дашкевич [2], М. Орлова, С. Рєдіна, С. Ярьоменко [3], Л. Аветисян [4]. При цьому конкретно туризму присвячена лише одна стаття – М. Орлової, С. Рєдіної, С. Ярьоменко [3]. З іншого боку вірменським пам'яткам в Україні приділено досить багато матеріалів у Інтернеті [5; 6; 7].

Метою статті є розкриття регіональних особливостей вірменського спадку в Україні для розвитку туризму.

Виклад основного матеріалу. Вірменія першою серед країн світу прийняла християнство, як державну релігію, й на подив багатьох пересічних українців, які усіх кавказців вважають мусульманами, вірмени є відданими вірянами Христа. А храми вони мають унікальні, подібні за архітектурними формами незалежно від часу побудови. Більшість вірменських храмів, у т.ч. ті, які збереглися нині в Україні, подібні до еталонних християнських будівель Великої Вірменії, зведених ще у IV–VII ст., зокрема на кафедральний собор в Ечміадзіні.

Взагалі в Україні вірмени залишили великий історико-архітектурний спадок, який є значним туристичним ресурсом для розвитку як іноземного, так і внутрішнього туризму. Старовинна культурна нація, яка з давніх-давен роз'їхалася із рідних земель і заснувала свої осередки по всьому світу, мала значні міські громади у полісах Галичини, Поділля, Причорномор'я та Криму. Головним храмом українських вірмен був кафедральний Успенський собор у Львові, а от найгарнішим вірменським храмом в Україні вважається церква у Ялті. Отже, вірменський спадок в Україні найбільш концентровано виражений у Львові, Кам'янці-Подільському, Івано-Франківську, Білгороді-Дністровському Одеської області, Голованівську Кіровоградської області та Ялті (АР Крим, нині окупована Росією) (табл. 1).

Вірменська громада Львова, що є однією з найстаріших, віками створювала у місті осередок свого національного життя з унікальною архітектурою і неповторним духом найдревнішої східної християнської культури. Вірмени, вигнані з батьківщини монголо-татарською навалою середини XIII століття і позбавлені державності, знайшли гостинний прихисток на галицькій землі. Одна з найдревніших східних християнських націй (вірмени прийняли християнство на декілька століть раніше, аніж це зробили народи Європи) – принесла до Львова разом зі своїми капіталами творчий пошук і бездоганну ремісничу вправність ювелірів, шкіряників і гаптувальників. Та найкраще вірмени від віків освоїли купецький фах. Торговельні каравани зі східних країн до Європи були майже цілковито вірменською монополією. Вірмени не лише торгували самі, а й постійно обіймали посади торгових перекладачів, через яких здійснювалися контакти усіх іноземних купців у Львові.

Національні громади у стародавньому Львові займали кожна свою територію. Вірмени селилися за мурами міста у північній частині, неподалік центральної Ринкової площі. Тут містився осередок григоріанського єпископства, який підпорядковувався лише голові вірменської церкви – Католикосові усіх вірмен. Світським життям громади керував війт і рада старійшин. Вірмени для залагодження внутрішніх проблем громади користувалися власним звичаєвим законодавством, наприклад, якщо палія ловили на місці підпалу, його мали право беззастережно кинути у вогонь. Вірмени мали власну школу, шпиталі, бібліотеку, театр, а 1616 р. заснували навіть першу вірменську друкарню. Забудова Вірмен-

Таблиця 1

Регіональні особливості вірменського спадку в Україні як туристичного ресурсу

Місто	Об'єкти					Час спорудження (ст.)
	Вірменська площа (ринок)	Вірменська церква / з дзвіницею	Вірменська вулиця	Вірменський квартал	Вірменські житлові та торгівельно-складські будинки	
1. Львів	-	+/+	+	+	+	XIV-XVII
2. Кам'янець-Подільський	+	+ (зруйнована)/ +	-	+	+	XV-XVII
3. Івано-Франківськ	-	+	-	-	-	XVIII
4. Білгород-Дністровський	-	+/-	-	-	-	XIV-XIX
5.Голованівськ	-	+/-	-	-	-	2003 р.
6. Ялта	-	+/-	-	-	-	поч. XX

Джерело: авт. розробка за [5; 6; 7]

ського кварталу була своєрідною, з урахуванням тогочасних традицій, зокрема багато будинків до другої половини XVIII століття мали широкі в'їзні брами, у деяких вони збереглися й до сьогодні. Міцні економічні позиції протягом тривалого часу давали вірменській колонії почувати себе впевнено і протистояти тискові й обмеженням міських властей. Та міська рада, до якої здебільшого входили багаті купці – римокатолики, не бажала миритися з конкуренцією вірмен, заздрила їхньому багатству і зв'язкам на Сході.

Вірмени, відірвані від батьківщини, як люди торгові і бізнесові, не могли довго зберігати своєї ідентичності. Лише асиміляція була шляхом збереження статків і соціального становища львівських вірмен. 1630 р. вірменський архієпископ Миколай Торосович прийняв католицизм, але на користь цьому народові цей акт не пішов: якщо у середині XVII ст. у Львові мешкало понад дві тисячі вірмен, то на початку XX ст. їх у Львові практично не залишилось, хіба що поляки з полонізованими вірменськими прізвищами. Нова хвиля вірмен у Львові почалася після 1939 р. з приходом радянської тоталітарної влади. Зараз цю громаду у місті складають вірмени, вихідці з різних куточків колишньої радянської імперії – СРСР.

Історія вірменської церкви у Львові почалася у XIV ст., хоча у місті вірмени з'явилися ще у другій половині XIII ст. Їх запросив засновник Львова Данило Галицький. Спочатку вони мешкали біля підніжжя Замкової гори, але пізніше перебрались в околиці Низького замку. З'явився вірменський квартал та вулиця Ормянська (Вірменська польською). А у другій половині XIV ст. (1363-1370 рр.) було збудовано храм Успіня Богородиці. Вірмени відігравали значну роль у житті Львова. Це були майстерні ремісники та знані торгівці. Львів для них був дуже зручним містом, адже стояв на перетині двох цивілізацій та значної кількості торгових шляхів із Сходу на Захід (і навпаки). Тому вірменський квартал у Львові поступово зростав. Зростали і запити щодо богослужінь, тому Львів став єпархіальним центром вірменів Русі та Валахії (Румунії) ще у XIV ст., а церква Успіня Богородиці стала кафедральним собором. Першим архітектором цього собору був сілезький майстер Доре (або по-іншому Дорінг). За подальшу історію собор розбудовувався й поступово перетворився на архітектурний ансамбль. У 1437-му р. навколо нього звели арочну галерею, у 1571-му поряд з'явилась струнка дзвіниця (архітектор П.Красовський), 1630-го прибудували західну наву, у 1682-му з'явився вірменський жіночий монастир бенедиктинок. У XVII ст. до комплексу собору увійшов вірменський банк, у XVIII – палац архієпископів, пам'ятна колона з фігурою Христофора та дерев'яний вівтар із композицією «Голгофа» (у дворику). А ще поряд із собором був вірменський суд, вхід до якого проходив орнаментованим порталом у арковому проході дзвіниці. Собор є унікальним взірцем вірменської архітектури. Він змурований із каменю і має товщину стін 140 см. Купол собору тримається на пустотілих ребрах, що викладені із обмазаних глечиків (голосників). Весь комплекс собору дуже компактний і ховається серед щільної львівської забудови.

У 1908-1927 рр. відбувалася масштабна реставрація собору Успіння Богородиці. Керував нею архітектор Ф. Менчинський. Тоді було додано західну вхідну частину, стіни апсид храму декорували накладними арками та орнаментами (у дусі давньовірменських). Над навою зробили різьблену дерев'яну стелю, а у бані – мозаїку. Нині похмура таємничість вірменського собору Успіня Пресвятої Богородиці у Львові захоплює і дивує більшість відвідувачів. Ніби і християнський храм, а наче із якогось фентезі-фільму. Таке враження створюють в першу чергу яскраві кольори розписів, карти зоряного неба, східні орнаментальні мотиви. Вражаючими є розписи, на яких біблійні події представляються знову ж таки сюжетами із якихось «Хронік Амбера»: шестеро монахів несуть труну якогось праведника, всі дивляться кудись уперед, й лише один темним поглядом пронизує глядача до самих п'ят. Або: напівголий чоловік у шкіряній пов'язці на стегнах (ймовірно, Іван Предтеча), але без голови, замість голови яскравим світлом палає зірка, а його голову тримає чоловік з німбом, що стоїть поруч (голова теж з німбом). Радянський період став сумною сторінкою в історії собору – його закрили. У 1947 р. тут розмістили фондосховище Львівської картинної галереї, а у 1953 р. – фондосховище музею Леніна. У 2000 р. собор повернули вірменській релігійній громаді, а в січні 2001 р. відновилися богослужіння. 25 червня 2001 р. в соборі молився Римський Папа Іван Павло II, а 2003 р. храм освятив Католикос усіх вірмен Гарегін II.

Кам'янець-Подільський вперше згадується у вірменських хроніках 1062 р., але у самому місті вірмени з'явилися приблизно наприкінці XIV ст. Свій головний храм – собор святого Миколая (Нігола), вони звели у 1495 р, а 1935 р. його знищили комуністи. Зараз можна побачити лише фундамент святині. На щастя, поряд із оточеним муром соборним дворищем збереглася дзвіниця собору – одна з найпотужніших башт Старого міста, а ще поряд, у Миколаївському провулку, знаходиться невеличка Миколаївська церква із триярусною дзвіницею – вона колись теж була вірменською. Дзвіниця Вірменської кафедри була зведена 1565 р. зодчим Затіком Григором в стилі раннього Відродження. Дзвіниця має п'ять ярусів, а вхід до неї обрамлений різьбленим кам'яним порталом. На першому ярусі зроблене циліндричне склепіння в апсиді, що знаходиться у товщі східної стіни. Вхід на другий ярус – по зовнішній дерев'яній або кам'яній внутрішній драбинах. Комунікація з іншими верхніми ярусами – дерев'яними драбинами. Третій і п'ятий яруси мають бійниці з розширеними на обидві сторони щоками. П'ятий ярус має чотири наріжні округлі вежки з невеликими баньками, барабани яких відрізняються шатровим завершенням, при цьому кожна з вежок має по три бійниці у кшталті ключа. Вікно в апсиді першого ярусу має стрільчате завершення і білокам'яний наличник, профілювання якого притаманне вірменській архітектурі. Фасади розчленовано різбленими кам'яними карнизами. Стіни потинькованi. Висота дзвіниці сягає 38 м. В проекції споруда майже квадратна за розмірами – 11 на 10,7 м. Товщина стін в першому ярусі становить 2,67,

у четвертому – 2,03 м. 1958 р. споруду дзвіниці було відреставровано. В інтер'єрі першого ярусу, на стінах і у віконних відкосах, збереглися фрески XVII-XVIII ст., виявлені під час досліджень 1978 р. У вівтарній ділянці знайдено зображення Ісуса Христа в оточенні янголів і серафимів, на північній стіні – сцени з життя Св. Стефана. У центральній ділянці першого ярусу, навпроти входу, зображено місто з мурами, вежами, дзвіницями і будинками. На тлі цього урбаністичного пейзажу міститься сюжет «Побиття Стефана камінням», тут же ж вміщено текст з закликом про помилування тих, хто не відає, що чинить. У верхній частині композиції зображено Всевишнього, який приймає душу померлого. Крім того, розписи багаті на орнаментальні мотиви. Персонажі жанрових сцен – міщани, духовні особи, воїни – мають типово вірменські риси обличчя. У 1982 р. завершено роботи з розчищення і закріплення стінопису фахівцями з Київської реставраційної майстерні (архітектор А. Тюпич, художник А. Марампольський). Також дослідникам вдалося встановити подібність архітектурних елементів цієї будівлі з церквою Аменапркіч в Санаїні (Вірменія). 1985 р. під кам'яним мощенням підлоги першого ярусу на глибині 1,8 м виявлено скарб. До складу скарбу входили найцінніші предмети церковного начиння, заховані священиками у 1922 р. Список знайдених предметів нараховував 448 позицій. До найцікавіших знахідок слід віднести церковну чашу, датовану 1581 р. і прикрашену вірменським текстом. Окремі речі зі скарбу нині можна оглянути в експозиції міського державного історичного музею. Нині дзвіницю використовують для своїх потреб прочани Вірменської апостольської церкви.

Собор святого Миколая (Нігола) до 1790-р. був кафедральним храмом вірменської громади – саме до цього року вірмени мали у місті своє самоврядування. 1791 р. львівський вірменський архієпископ Туманович переосвятив храм – відтоді він став парафіяльним костелом. Варто нагадати, що вірмени Західної України та Польщі із 1630 р. були в унії із Римом. Їхнім головним центром був Львів, а Кам'янець входив у вірмено-католицьку архідієцезію, тому тодішніх вірмен міста вважали католиками. Нині вірменокатолицька архієпархія у Львові теж існує, але вона є малочисельною (біля 30 осіб), а головною церквою вірмен у світі вважається Вірменська Апостольська церква (їй же передано і головний храм вірмен України – собор Успіння Богородиці у Львові). У 1672 р. під час штурму Кам'янця-Подільського турками вірменський собор було пошкоджено, його відбудували лише у 1756-1767 рр. У період російської влади на Поділлі почалися погані часи для вірменського собору. 1891 р. до Росії вивезли бібліотеку храму – надзвичайно цінні старовинні фоліанти та рукописи, а у 1922 р. храм взагалі закрили. 1935 р. взагалі став останнім роком існування стародавньої святині – його повністю розібрали, залишивши лише фундамент та арочний вхід з боку вірменської вулиці, які можна побачити нині.

Ще один кам'янецький храм, розташований у Миколаївському провулку, має заплутану історію. Більшість джерел називає його вірменською церквою св. Миколая, але це не зовсім правильно, адже тоді, коли церква була вірменською, вона називалася Благовіщенською, а Миколаївською її назвали вже греко-католики. Перший храм на цьому місці вірмени збудували у 1398 р. Він був дерев'яним і з XV ст. його знали, як Благовіщенський. У 1577 р. церкву Благовіщення Пресвятої Богородиці відбудували у камені і цей храм служив вірменській громаді Кам'янця аж до 1672 р., доки його не зруйнували турки. На початку XVIII ст. вірменин Богдан Лятинович відбудував храм, але у значно менших розмірах. Після відновлення собору 1767 р. він функціонував, як каплиця. 1811 р. греко-католики, які не мали власної церкви у Кам'янці, виклопотали у вірмено-католицького єпархіального керівництва дозвіл перетворити Благовіщенську каплицю на греко-католицьку церкву та переосвятили її на церкву святого Миколая. У 1839 р. після заборони греко-католицької церкви у Російській імперії храм перевели у православ'я. 1890 р. до церкви прибудували притвор, а навколо звели кам'яні мури і триярусну дзвіницю. Відповідно називати цей храм вірменським не зовсім коректно, тому що вірменська церква Благовіщення існувала тут до 1672 р., а потім це була вірменська каплиця. А от Миколаївський храм – невірменський – з'явився на місці каплиці у 1811 р., а у 1839-му він став православним, яким є і нині.

Відразу після заснування **Станіславова (нині Івано-Франківськ)** у місті Потоцьких з'явилися дві конкуруючих громади торгівців і ремісників – євреї та вірмені. Створення вірменської церкви в цьому місті пов'язане з обома цими громадами. Адже у 1663 р. через рік після заснування міста вірмени збудували свій перший храм. Він був дерев'яним і простояв майже сто років. У середині XVIII ст. вірмени відігравали значну роль у житті Станіславова й займали цілий квартал. Вони хотіли мати власний великий мурований храм і його почали будувати 1743 р. Закладку наріжного каменю здійснив власник міста, коронний гетьман Юзеф Потоцький, але офіційний дозвіл на будівництво він видав лише у 1748 р., а будівництво стін почалося ще через п'ять років – причиною був брак коштів. Щоб компенсувати дефіцит коштів, Потоцький видав універсал, за яким змусив єврейську громаду сплачувати щорічно 1000 злотих на будівництво вірменського храму. І вони платили, щоправда, не завжди повну суму, й не завжди вчасно. Невідомо, які важелі застосував Потоцький, але євреї фінансували будівництво собору Непорочного Зачаття Діви Марії вірменської громади до самого закінчення – 1763 р. Розписи храму здійснив відомий польський художник Ян Солецький. Собор збудували у стилі європейського бароко, його навіть називали взірцем цього стилю. Сюди перенесли чудотворний образ Божої Матері із старої церкви. Це була справжня святиня для вірменської громади – її скопіювали із Ченстоховської ікони, і вона понад сто років творила дива і зцілювала вірян. Після поділу Польщі й встановлення австро-угорської влади у місті вірмени почали масово переїжджати до Угорщини, у Станіславові їх залишилося дуже мало й храм довелося закрити. Із 1811 по 1826 рр. він стояв зачинений і потроху занепадав. Справи пішли трохи краще, коли опікуватись церквою прийшов новий парох

Антоній Борковський, він навіть зміг у 1829 р. здійснити реставрацію будівлі. 1868 р. у середмісті Станіславова, де більшість будинків на той час були дерев'яними, сталася страшна пожежа. Вона отримала назву «мармулядова пожежа», адже за легендою її джерелом стала кипляча мармуляда в одної із куховарок. Під час цієї пожежі згоріли барокові шоломоподібні верхи вірменського храму і їх замінили на нові – дзвоноподібні. Саме ці верхи нині відрізняють вірменську церкву в Івано-Франківську від сотень інших барокових будівель Західної України.

Під час Першої світової війни храм зазнав певних руйнувань від німецьких снарядів, які летіли у російський загін, розміщений на церковному подвір'ї, – було пошкоджено фасад і пробито дах. Потім, до 1930 р. проводились відновлювальні роботи. У 1937 р. чудотворний образ Божої Матері було короновано. 1946 р., після приходу радянської влади, ікону вивезли до Польщі і вона нині зберігається у Гданську. Вірменський собор спершу віддали РПЦ, а в 1949 р. – розмістили майстерні художників. Із 1971 р. у приміщенні храму існував музей релігії та атеїзму. Нині вірменський собор Івано-Франківська можна назвати колишнім, адже зараз тут діє Покровський собор Української Автокефальної Церкви. Не так давно храм закінчили реставрувати. У Франківську його часто називають «блакитна церква». Кажуть, всередині збереглися унікальні розписи Яна Солецького. Варто додати, що бувша вірменська церква у Івано-Франківську – мабуть найбільша за площею серед вірменських церков України.

По-своєму цікавою й однією із найдавніших є церква Сурб Аствацацін (Успіння Богородиці) у **м. Білгород-Дністровському** Одеської обл., хоча, на жаль, вона нині перебуває у поганому стані. Розташована вірменська церква на розі вулиць Кутузова та Леона Попова (остання виходить до фортеці, тут знаходиться і грецька церква). Навколо храму Сурб Аствацацін – решітчаста огорожа, й пройти на територію можна лише тоді, коли працюють археологи (якщо вони дозволять). Взагалі ця вірменська церква на типовий храм не дуже схожа, адже вона є наполовину підземною і низенькою, довгою, у плані – Т-подібною. Це споруда базилікального типу, збудована із місцевого пісковика. Раніше датування храму було досить проблематичним, але дослідження останніх років дозволили припустити, що перший етап будівництва прийшовся на 1384-1400 рр. Пізніше її декілька разів перебудовували і добудовували: 1590-1610; 1825-1828; 1895-1903 рр. Існує припущення, що цей храм було збудовано греками, як монастирська обитель. Згадка про грецьке походження нинішньої вірменської церкви міститься і у легенді, яка розповідає, що колись жили два брати-греки. Вони були заможними людьми (купцями) і кожен з них побудував по одній церкві – монастирі, щоб при них жили грецькі ченці. З часом один із храмів закрили і греки-ченці продали його вірменам – переселенцям з Малої Азії. Відомий дослідник історії вірмен Молдавії і Румунії Сіруні вказує, що в 1384 р. католікос Теодорос призначив Ованеса єпископом вірмен Львова, якому підпорядковувалися і вірмени Аккермана (колишня турецька назва Білгорода-Дністровського). Зважаючи на те, що храм спочатку призначався для монастирських потреб, вірменська громада добудувала приміщення для проведення ритуальних служб. 1699 р. добудовано вівтарний блок, а 1827 р. – збільшено довжину будівлі із західного боку, зведено західний портик з чотирма колонами, перебудовано південний притвор. В кінці XIX – початку XX ст. виконано зміцнення зводу південного великого притвору. Церква набула хрестоподібного вигляду, який зберігся до наших днів.

Біля церкви була розташована дзвіниця – дерев'яний навіс з 5-ма дзвонами різної величини. На території церкви було розташоване старовинне кладовище (останні поховання датуються кінцем XVIII ст.). Церква була діючою до 1940 р., з 1962 р. – передана краєзнавчому музею. У 1980-ті роки її ніби-то збиралися зробити планетарієм. Зараз вона є базою археологічної експедиції.

У 1995-1997 рр. було проведено реставраційні роботи по зміцненню фундаментів, стін, склепінь, оздоблювальні роботи та благоустрій території. Подейкують, що вірменська громада із Києва планує відновити храм. На території церкви розміщено сарматський склеп, викопаний при розробці піщаного кар'єру на околиці міста.

Наступне українське поселення, де є вірменський спадок, – це **смт Голованівськ** Кіровоградської обл. Поки що його важко назвати популярним туристичним центром України, але перспективу ним стати це містечко має, адже тут є старовинна житлова забудова, один із найстаріших на Кіровогрдщині православних храмів, колишня синагога, церква на кладовищі, але ці об'єкти поки що не мають візуальної атрактивності. Єдине, що запам'ятовується туристами після відвідин Голованівська –радянська інсталяція (пам'ятник) та розкішний храм, зведений на кошти віце-президента спілки вірмен України Вачаганом Ростомяном – це вірменська церква Св. Кирила. Отже, Голованівськ все ж таки має шанс привабити не тільки українських, але й іноземних туристів, зокрема з Вірменії, Франції (де значна вірменська діаспора) тощо Це селище було засноване польським магнатом Францом-Салезієм Потоцьким приблизно 1757 р. Тоді поселення, що вигідно розташоване на чумацькому шляху, називалося Holowaniewskie. Трохи пізніше назва стала писатися, як Голованецьке, потім – Голованевське, ну і вже за російської влади з'явився Голованівськ. Найстарішою будівлею містечка (офіційно це селище міського типу, смт) є церква Івана Богослова, заснована у 1764 р., як греко-католицька. Відомо, що її освячував уніатський єпископ Максиміліан Рилло. Щоправда у подальші часи храм неодноразово перебудовували, тому нині у ньому мало що нагадує про XVIII ст., хіба що товщина стін та кругла апсида. Знаходиться храм майже у самому центрі Голованівська, на головному перехресті біля ринку. Поряд із ринком, в глухому куті сусідньої вулиці стоїть будівля колишньої синагоги – хата-хатою, але віконні отвори виконані у псевдомавританському стилі. Нині тут місцеве відділення Червоного Хреста.

У XIX та на початку XX ст. в містечку більше половини населення становили євреї й тут було ще декілька синагог. Євреї традиційно займались

торгівлею та ремеслами. Особливий розвиток містечка почався після 1890 р., коли до нього дійшла залізниця. На початку XX ст. у Голованівську працювало 5 заводів (цегельний, каретний, винокуренний, шкіряний та свічко-салотопний), банк, готель, 106 крамниць, дві корчми та шинок. Із 1793 р. Голованівськ був волосним центром Балтського повіту Подільської губернії. Від заснування і все XIX ст. землі в Голованівську та навколо нього належали Потоцьким. Щоправда, самі власники бували тут рідко довіряючи управління своїм економам, а пізніше – орендарям. У 1854 р. Потоцькі відмінили на землях Голованівського маєтку панщину, замінивши її на оброк. Це була фактична відміна кріпаччини, при цьому у селян не було вилучено ні клаптика землі.

За часів незалежності України неподалік від залізничної станції Голованівська було зведено вірменську Кирилівську церкву. Не зважаючи на статус новобудови, цей храм, що будувався на кошти етнічного вірменина Вачагана Ростомяна, варто оглянути туристам, оскільки він має виражені "східні" риси й розкішне оздоблення. Навколо храму встановлено привезені із Вірменії хачкари – пам'ятні знаки – хрести, що вирізьблені із вулканічного туфа. У Голованівську ще й досі функціонує гілка вузькоколійної залізниці, прокладена сюди із Гайворона, її довжина 50 км і нині її намагаються зробити туристичним об'єктом.

Що стосується **Криму**, то тут існує чимало храмів та інших будівель, збудованих за вірменськими (рідше грузинськими) архітектурними традиціями, зокрема у Керчі, Феодосії, а також у Гаспрі, Ореанді, Лівадії – населених пунктах Великої Ялти, де є храми, зведені не вірменами, але дуже схожі на вірменські. Але найгарнішим вірменським храмом в Україні вважається церква Св. Ріпсіме у **Ялті**, що була зведена на кошти заможного бакинського нафтопромисловця, мецената і вірменина за національністю Погоса Тер-Гукасяна (якого росіянам зручніше було називати Павлом Осиповичем Гукасовим). Архітектором храму для вірменської громади Ялти був запрошений ще один відомий вірменин, який тривалий час працював у Баку та виконував архітектурні замовлення того ж Тер-Гукасяна та інших нафтопромисловців – Габріель Тер-Мікелян. За основу для церкви Св. Ріпсіме архітектор узяв ескіз однойменного, легендарного для вірмен, храму в Ечміадзіні, але значно переробив його. Хоча існуюча церква Св.Ріпсіме у Ялті нагадує своїми обрисами й деякими деталями вірменську святиню VII ст., але загалом цей храм є унікальним і неповторним, адже відрізняється за масивністю (оригінальний храм більш приземкуватий), кольором (для будівництва використали сірий фороський туф) та декоративним оздобленням.

Проект храму був розроблений у 1905 р., його будівництво почалося у 1909 р. й тривало вісім років. Ескізи для розписів храму зробив видатний вірменський художник Вардгес Суренянц (до речі, він похований у церкві). Хто ж така Св.Ріпсіме? Це вірменська свята, хоча вірменкою вона не була, а була римлянкою на ім'я Ріпсімія, неймовірною красунею, яка закохала в себе імператора Діоклетіана. Імператор захотів володіти нею, але вона із подругами (їх було 39) втікла до Олександрії. Там їм явилася Богородиця, й наказала прямувати до Вірменії. Отже, сорок гарних дівчат на чолі із наставницею Гаяне попрямували на Кавказ. Там правив у ті час цар Трдат, і йому теж дуже сподобалася Ріпсімія. Цар наказав привести красуню до себе, але вона відмовилася, сказавши, що належить тільки Христу. Цар розгнівався й наказав закидати сорок дівчат камінням. Врятуватися вдалося лише Святій Ніні – майбутній хрестительниці Грузії. Ріпсімію оголосили святою мученицею й назвали на вірменський манер Ріпсіме, храм збудований на її честь у Ечміадзіні 618 р., став еталоном вірменського хрестово-купольного храму. Ну, а Трдат після страти невинних дівчат тяжко захворів на безумство. Від цього недуга його зцілив Григорій Просвітитель. Після цього цар увірував у силу Хреста, сам хрестився й охрестив весь вірменський народ. Сталося це у 301 р., коли у Вірменії християнство стало державною релігією. У такий спосіб, завдяки Ріпсімії, Вірменія стала першою у світі християнською державою.

Крім вищезазначених вірменських пам'яток в Україні у статті [3] згадується ще біля 40 об'єктів, що у той або інший спосіб пов'язані з вірменським спадком та об'єднані у два ареали – правобережно-західний та північно-причорноморський. Ураховуючи сучасні реалії, зокрема, російську окупацію Криму, де знаходиться більшість вірменських пам'яток північно-причорноморського ареалу, та порівняно слабкий зв'язок деяких об'єктів на сході України з вірменською історією (це переважно вулиці та провулки у містах, що носять назву «Вірменські»), за нашою думкою, не має сенсу виділяти вищеназвані ареали (на підставі механічного підрахунку усіх об'єктів з назвою «вірменський»). Натомість, на підставі маркетингового підходу у туризмі, пропонуємо виділити основні осередки вірменської історії та культури в Україні (а це, власне, і є Львів, Кам'янець-Подільський, Івано-Франківськ, Білгород-Дністровський, Голованівськ), які виступають ресурсною базою відповідного туризму, та головні генератори потоків туристів вірменського походження в Україні, а це міста – центри областей з найбільшою вірменською громадою – Київ, Харків, Дніпро, Одеса, Запоріжжя, Миколаїв [3]. Відповідно концентрувати маркетингово-рекламну компанію з приваблення туристів вірменського походження як з Вірменії та України, а також з інших країн зі значною вірменською діаспорою слід на найбільших осередках вірменської історії, культури, архітектури в Україні (за [3] «вірменських колоніях»), а саме – Львові і Кам'янці-Подільському, де «вірменська тематика» екскурсій органічно поєднується з загально-туристичним оглядом історичного спадку цих міст, а також відвіданням музеїв, картинних галерей, гастрономічних закладів (ресторанів, кав'ярень, у т.ч. вірменської кухні). Заклади ресторанного господарства, що спеціалізуються на вірменській кухні, діють у багатьох населених пунктах України, серед них ресторани «Краківська брама» у Львові, «Ной» у Кам'янці-Подільському, «Ані» та «Арагац» у Києві, «Арарат» у Хмельницькому, «Гюмрі» у Запоріжжі, «Дудук» та «Гюмрі» в Одесі, «Вірменія» у Чернігові тощо.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальшого розвитку в цьому напрямку. Туристичні зв'язки між Україною та Вірменією на даний час розвинуті недостатньо та не відповідають потужному ресурсному потенціалу для розвитку туризму, який є як в Україні, так і у Вірменії. Щодо України, то цей потенціал слід більш активно рекламувати та просувати не тільки у Вірменії, але й у вірменській діаспорі, що досить потужно представлена в нашій країні та зосереджена, зокрема, у великих містах, таких як Київ, Харків, Одеса, Запоріжжя, Миколаїв та ін. З іншого боку вірменський історико-архітектурний спадок в Україні представлений біля 40 об'єктами , але ті з них які розміщені в Криму (нині окупованому Росією) є досить проблемними для відвідування (наприклад, монастир Сурб Хач, де раніше проводився щорічний фестиваль вірменського мистецтва з однойменною назвою). За цих умов увагу вірмен з України та закордоння – потенційних туристів, яких цікавлять об'єкти вірменської спадщини у нашій країні, за нашою думкою, слід орієнтувати на найбільш цікаві та істотні залишки вірменської колонізації, які нині представлені у двох колись найбільших осередках вірменської цивілізації в Україні, а саме – Львові і Кам'янці-Подільському, де збереглися до нашого часу цілі вірменські квартали з церквами, монастирями, шпиталями, вулицями та площами, що носять назву «вірменські». Тому можливі туристичні маршрути в Україні для представників вірменської діаспори і повинні, за нашою думкою, концентруватися на цих двох містах, при цьому можливі різноманітні комбінації таких турів, наприклад, «Львів – Кам'янець-Подільський», окремо Львів та Кам'янець-Подільський (де вірменський складник входить до загальноміської екскурсії), «Львів – Івано-Франківськ», «Кам'янець-Подільський – Хотин – Чернівці» та ін.

Список літератури:

1. Гаюк І. Ілюстрована енциклопедія вірменської культури в Україні / І. Гаюк. – Т. 1. – Львів: Афіша, 2012. – 980 с.
2. Дашкевич Я.Р. Вірменські колонії в Україні 16-18 ст. // Енциклопедія історії України / Ред. кол.: В.А. Смолій (голова) та ін.: НАН України; Інститут історії України. – Т. 1: А-В. – К.: Наукова думка, 2003. – 688 с.
3. Орлова М.Л. Ресурси етнічного туризму України, пов'язані з вірменським народом / М.Л. Орлова, С.С. Рєдіна, С.Г. Ярьоменко // Культура народов Причерноморья. – 2014. – № 267. – С. 98-104.
4. Аветисян Л.В. Генеза та перспективи розвитку вірмено-українського співробітництва / Л.В. Аветисян // Політичне життя. – 2016. – № 4. – С. 75-80.
5. URL: http://ukrainaincognita.com/khramy/virmenskyi-spadok-u-lvovi
6. URL: http://ukrainaincognita.com/khmelnytska-oblast/kamyanets-podilskyi/kamyanets-podilskyi-virmenska-dzvinytsya
7. URL: https://city-adm.lviv.ua/portal/history-of-lviv/armenian-quarter/5567-virmenska-vulica

Смирнов И.Г.
Киевский национальный университет имени Тараса Шевченко

МАРКЕТИНГОВЫЕ ПОДХОДЫ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ АРМЯНСКОГО НАСЛЕДИЯ В УКРАИНЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА

Аннотация
Раскрыто региональные особенности армянского наследия в Украине, как туристического ресурса для развития туризма. Охарактеризованы исторические и современные сооружения армянского происхождения во Львове, Каменце-Подольском, Одессе, Белгород-Днестровском, пгт Голованевск и Ялте (в оккупированном Россией Крыма).
Ключевые слова: армяне, Украина, этнический туризм, ресурсная база.

Smyrnov I.G.
Kyiv National Taras Shevchenko University

MARKETING APPROACHES TO USE THE ARMENIAN LEGACY IN UKRAINE TO DEVELOP TURIZM

Summary
The regional features of Armenian heritage in Ukraine as a tourist resource are revealed. The historical and modern buildings of Arminian origin in Lviv, Kamyanets-Podilskyi, Ivano-Frankivsk, Bilgorod-Dnistrovskyi, Golovanivsk and Yalta (in Russia-occupied Crimea) are described.
Keywords: armenians, Ukraine, ethnic tourism, resource base.

УДК 596.5

УСЛОВИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПОРТИВНО-ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Соловых Т.К.
УО «Белорусский государственный университет физической культуры»,
г. Минск (Беларусь)

Содержатся результаты анализа проблемы научно-педагогического обеспечения эффективности спортивно-туристской деятельности. Показаны основные условия совершенствования информационного обеспечения успешности этой деятельности. Рассматриваются вопросы организации учебной работы со студентами как специализированных учебных заведений, так и педагогических вузов.
Ключевые слова: спортивно-туристская деятельность, научно-педагогическое и информационное обеспечение.

Постановка проблемы, анализ исследований и публикаций. Развитию в СССР массовой физкультурно-оздоровительной и туристско-экскурсионной работы в 80-е годы минувшего столетия уделялось большое внимание, о чем свидетельствуют постановления самого высокого ранга (ЦК КПСС и Совета министров): «О дальнейшем развитии и совершенствовании туристско-экскурсионного дела в стране» от 31.10.80 и «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта» от 11.09.81. Затем последовало Постановление Секретариата ВЦСПС и коллегии Спорткомитета СССР «О мерах по дальнейшему совершенствованию массового самодеятельного туризма» от 01.11.82, в котором указывалось на назревшую необходимость улучшения работы существующих туристских секций коллективов физкультуры и создания новых, на большое значение в воспитании трудящихся и учащейся молодежи, в укреплении их здоровья и рациональном использовании свободного времени организацией массовых туристских мероприятий – походов выходного дня и сдачи туристских нормативов Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО, многодневных некатегорийных походов на значок «Турист СССР», походов I категории сложности и подготовки спортсменов-разрядников по туризму, туристских слетов и соревнований по туристской технике. В постановлении говорилось также о подготовке и повышении квалификации туристского общественного актива с использованием в этих целях учебных планов и программ, утвержденных Центральным советом по туризму и экскурсиям как единой методологической основы учебно-воспитательной работы в туризме. Этим же постановлением предмет «Туризм и методика преподавания» включался в учебные планы всех институтов физической культуры страны, а Белорусскому государственному институту физической культуры было поручено как разработка программы этого предмета, так и подготовка учебника. (Несколько позднее в дополнение к этому постановлению Спорткомитетом СССР было принято решение о включении в учебные планы техникумов физической культуры предмета «Туризм и спортивное ориентирование», а БГОИФК получил задание на разработку программы и этого предмета, и на включение спортивного ориентирования в учебник). БГОИФК, имевший к этому времени (особенно в период 1972-1978 гг.) большой опыт организации и проведения учебно-туристской работы, получил статус головного вуза страны по этой дисциплине.

Целью данного исследования является рассмотрение вопросов информационного обеспечения спортивно-туристской деятельности и подготовки кадров для работы в сфере этой деятельности.

Изложение основного материала. Учебник должен был быть подготовлен в очень сжатые сроки, что сделать было бы невозможно, если бы ко времени работы над ним его автор-составитель не приобрел бы некоторый опыт работы над книгами, причем в первую очередь по инициативе белорусских издательств. В 1981 году была издана небольшая книжка «Туризм в комплексе ГТО (начальное обучение туриста)» [1], в 1982 году – «Времена года, или Приглашение к путешествию» [2]. Затем последовали приглашения московских издательств: издательство Центрального совета по туризму и экскурсиям (ЦРИБ «Турист») выпустило две книжки методических рекомендаций – «Начальная туристская и судейская подготовка в туристской секции коллектива физической культуры» [3] (1985 г.), «Организация и подготовка спортивного туристского похода» [4] (1986 г.), написанные автором статьи. «Профиздат» – «Питание в туристском путешествии» [7] (1986 г.), написанную автором статьи совместно с мастерами спорта, авторами многих других известных книг В.Ф. Шимановским и П.И. Лукояновым.

Эти книги, а также учебник «Туризм и спортивное ориентирование» [6], написанный совместно с Е.Я. Безносиковым и В.Г. Булатовым, вошли в основной библиографический фонд изданной в 1993 году «Энциклопедии туриста» (Издательство «Большая Российская энциклопедия»).

После издания учебника автор сосредоточил внимание на исследованиях в сфере теории и практики информации, информационного и научно-педагогического обеспечения эффективности спортивно-туристской деятельности.

В качестве второго, более предметного примера, рассмотрим некоторые результаты анализа высокогорных и среднегорных районов с точки зрения основного вида характерных для них естественных препятствий, т.е. перевалов.

Туризм как вид спорта отметил свой полувековой юбилей в 1999 году, – в Единую всесоюзную спортивную классификацию он был включен

© Соловых Т.К., 2019

в 1949 году. В течение десятилетий один из видов туризма (самый доступный, самый массовый пешеходный туризм) был разделен на два вида – «пешеходный» и «горный». Чем они отличались? Только тем, что маршруты горного туризма прокладывались исключительно в высокогорных районах, а пешеходного – во всех остальных (причем с фактическим запретом совершать «горные» походы). Если к этому добавить, что при прохождении высокогорных маршрутов туристам официально не разрешалось совершать восхождения на вершины, то полная несуразица «правил» становится очевидной [6].

Второй запрет был официально снят Всесоюзной федерацией туризма к началу 90-х годов. «Воссоединение» же пешеходного и горного туризма уже к 1993 году было совершено в Республике Беларусь (одновременно с включением туристско-прикладных многоборий в ЕСК РБ). Сделано это было не «волевым решением», а на основании тщательного анализа, результаты которого, полученные автором к 1993 году, а в связи с работой лаборатории спортивного туризма НИИФКиС РБ по совершенствованию программно-нормативных документов по спортивному туризму были тщательно проверены и существенно расширены. Анализу были подвергнуты все высокогорные районы территории России, а также все среднегорные районы, характеризующиеся альпийскими формами рельефа и наличием классифицированных перевалов, т.е. районы Кавказа, горы Центральной Азии (Памиро-Алай, Памир, Тянь-Шань), горы Южной Сибири (Алтай, Саян), горы Восточной и Северо-Восточной Сибири. Анализ был выполнен на основании обширной информации, содержащейся в перечнях высокогорных и среднегорных перевалов, включающих более 5000 классифицированных перевалов, а также на основании личного знакомства автора с большинством этих районов.

При изучении и анализе горных районов с точки зрения классификации спортивно-туристских маршрутов необходимо иметь в виду две существенные характеристики: абсолютную высотность района и наличие (когда речь идет о среднегорных районах) альпийских форм рельефа.

Вопрос отнесения районов (и принадлежащих им перевалов) к среднегорью или высокогорью особо важен при аргументированном решении задачи «воссоединения» пешеходного и горного туризма, и при решении целого комплекса классификационных вопросов (а это напрямую связано с вопросами обеспечения безопасности участников спортивных туристских походов, совершаемых в горах).

Из сказанного ясно, что отнесение района к «среднегорному» или же к «высокогорному» – момент существенный. Поэтому необходима и достаточно существенная аргументация. Нами для этих целей был выполнен детальный сравнительный анализ распределения количества перевалов по высотам, взятым в интервале от 2200 до 4100 м. При этом предполагалось, что высота 2200 м вполне подходит в качестве нижней границы высокогорной зоны как с физико-географической точки зрения (примерная граница, естественно, колеблющаяся для разных районов, – нивально-гляциальной зоны), так и с туристско-классификационной: именно от высоты 2200 м начинается «отсчет» перевалов и для Кавказа, и для многих других высокогорных районов. Верхней границей принята высота 4100 м, – к этой высоте завершается «счет» перевалам не только на Алтае, Западном и Восточном Кавказе, Западном Тянь-Шане, но, практически, и на Центральном Кавказе. Наша же задача состояла в сопоставлении «признанных» районов высокогорья и «непризнанных». (В нескольких случаях с целью обеспечения полной ясности мы отодвигали верхнюю границу до 4200–4500 м).

Результаты такого анализа интересны тем, что, например, Горный Алтай признавался районом для горного туризма, тогда как Восточный Кавказ или Западный Тянь-Шань считались районами «пешеходными». Результаты анализа: по высотности – оба «пешеходных района» существенно (на 600 м) превышают Горный Алтай. По количеству перевалов в максимумах распределения Западный Тянь-Шань нисколько не уступает Горному Алтаю, а Восточный Кавказ существенно превышает.

Результаты сравнительного анализа распределения перевалов для Западного Тянь-Шаня и Западного Кавказа. Такое сравнение также очень интересно, поскольку, как указано выше, район Западного Тянь-Шаня является признанным «пешеходным районом», а Западный Кавказ «пешеходным» категорически не признавался. Что же показал сравнительный анализ? Западный Тянь-Шань, не уступая количественно в максимуме распределения, превосходит Западный Кавказ по высотности на те же 600 м.

Результаты сравнения Восточного Кавказа с двумя хребтами (Киргизский Алатау и Заилийский Алатау), составляющими популярный район горного туризма (Северный Тянь-Шань), показывают, что Восточный Кавказ, уступая Северному Тянь-Шаню по высотности 500 м, не уступает Киргизскому Алатау по количеству классифицированных перевалов в максимуме распределения и превосходит по этому показателю Заилийский Алатау.

Итак, результаты сравнительного анализа показали, что и Восточный Кавказ, и Западный Тянь-Шань совершенно напрасно определялись как исключительно «пешеходные районы» и, наоборот, что Западный Кавказ является исключительно «горным районом».

Поскольку район Горного Алтая был принят нами в качестве эталона сравнения, завершим последовательно наш анализ сравнением Горного Алтая с «типично среднегорными районами».

Результаты сравнения распределений классифицированных перевалов Горного Алтая с таковыми для признанных среднегорных районов, расположенных восточнее Горного Алтая (до Байкала) и восточнее Байкала – в Байкальско-Становом районе и Восточной Сибири. Восточный Алтай – это хребты Чихачева и Шапшальский. В Саяны нами включены среднегорные районы с ярко выраженными альпийскими формами рельефа – хребет Цаган-Шибэту и массив Монгун-Тайга (Западный Саян), Тункинские и Китойские гольцы (Восточный Саян).

В Байкальско-Становом районе нами выделены Кодар, а также Южно-Муйский и Муя-

канский хребты. В Восточной Сибири – хребты Черского и Сунтар-Хаята. Оказалось, что анализируемые горные районы Южной Сибири принципиально ни в чем не уступают Горному Алтаю. При анализе распределения категорийных перевалов для Горного Алтая и гор Северо-Восточной Сибири (хребтов Сунтар-Хаята и Черского) выяснилось, что хребты Сунтар-Хаята и Черского не уступают Горному Алтаю (включающему Катунский, Северо-Чуйский и Южно-Чуйский хребты) по количеству категорийных перевалов в максимуме распределения, хотя и уступают по высотности (примерно 500 м), и по количеству перевалов высших категорий трудности. Не будем, однако забывать, что районы Северо-Восточной Сибири несопоставимо более суровы, чем Алтай, по всем показателям. По этой причине представляется целесообразным хотя бы коснуться вопроса о «границе гипоксии».

Граница гипоксии, выше которой начинается проявление так называемой «горной болезни», является очень важной, хотя и очень плохо изученной характеристикой горных районов мира [5]. Установлено, что в горах Камчатки горная болезнь возникает с 1,5 км, в Альпах – с 2,5–3, на Кавказе – с 3–3,5, на Алтае и Тянь-Шане – с 3,5–3,7, на Памиро-Алае и Памире – с 3,7–4. В Гималаях и Каракоруме эта высота сдвигается до 5 км. Почему такое различие? Прежде всего, следует обратить внимание на климат: влажный (морской) климат смещает «границу гипоксии» вниз – примером может быть та же Камчатка, а также Скандинавия, где эта граница составляет 2000 м. По-видимому, в более континентальном климате граница перемещается вверх. Возможно, что в более высоких широтах «граница» ниже, в более низких (ближе к экватору) – выше. Нельзя в связи с этим забывать о том, как настоятельно подчеркивается, что пик Победы («семитысячник» на Центральном Тянь-Шане) – самый северный в мире «семитысячник» и что Маккинли (гора на Аляске) – самый северный в мире «шеститысячник». И подчеркивается это не зря – слишком много жертв понесли альпинисты на этих вершинах.

Из сказанного (по вопросу «границы горной болезни») не следует делать слишком категоричные выводы – для этого пока еще очень мало результатов научных исследований, но предположение сделать можно: вероятно, горные районы Крайнего Севера Евразии и арктических архипелагов имеют очень низкую границу «горной болезни». Следовательно, даже к низкогорным районам Севера следует относиться с большим вниманием, когда обсуждается вопрос о том, «а очень ли это высокие горы?» Необходимо рассматривать в комплексе три характеристики: 1) абсолютные высоты; 2) наличие альпийских форм рельефа и его разнообразие; 3) граница начала «горной болезни».

Выводы. Из нашего анализа следует, что число высокогорных районов должно быть существенно расширено.

Последнее очень важно, так как позволяет вполне определенно решать вопросы существенного расширения географии высокогорья на территории Евразии, и при оценке (в соответствии с Правилами проведения спортивных туристских походов) туристского опыта принимать к зачету как маршруты в целом, так и отдельные перевалы, пройденные в районах Восточного Алтая, Восточного Саяна, на хребтах Байкальско-Станового района и Восточной Якутии [5].

Список литературы:

1. Ганопольский В.И. Туризм в комплексе ГТО (начальное обучение туриста) / В.И. Ганопольский. – Минск: Беларусь, 1981. – 62 с.
2. Ганопольский В.И. Времена года, или Приглашение к путешествию / В.И. Ганопольский. – Минск: Полымя, 1981. – 64 с.
3. Ганопольский В.И. Начальная туристская и судейская подготовка в туристской секции коллектива физической культуры / В.И. Ганопольский. – М.: ЦРИБ «Турист», 1985. – 80 с.
4. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода / В.И. Ганопольский. – М.: ЦРИБ «Турист», 1986. – 71 с.
5. Супруненко Ю.П. Горам навстречу / Ю.П. Супруненко. – М.: «Знание», 1989. – 155 с.
6. Туризм и спортивное ориентирование: учебник для институтов и техникумов физической культуры / Сост. В.И. Ганопольский – М.: «Физкультура и спорт», 1987. – 240 с.
7. Шимановский В.Ф. Питание в туристском путешествии / В.Ф. Шимановский, В.И. Ганопольский, П.И. Лукоянова. – М.: Профиздат, 1986. – 176 с.

Солових Т.К.
«Республіканський науково-практичний центр спорту»,
м. Мінськ, Республіка Білорусь

УМОВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СПОРТИВНО-ТУРИСТСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Анотація
Містяться результати аналізу проблеми науково-педагогічного забезпечення ефективності спортивно-туристської діяльності. Показані основні умови вдосконалення інформаційного забезпечення успішності цієї діяльності. Розглядаються питання організації учбової роботи із студентами як спеціалізованих учбових закладів, так і педагогічних вузів.
Ключові слова: спортивно-туристська діяльність, науково-педагогічне і інформаційне забезпечення.

Solovykh T.K.
«Republican Scientific and Practical Center of Sports», Minsk, Belarus

CONDITIONS OF IMPROVING INFORMATION SUPPORT OF SPORTS AND TOURIST ACTIVITIES

Summary
Article describes results of the analysis of the scientific-pedagogical support of the effectiveness of sports tourism activity. The basic conditions for improving of the informational support for this activity are presented. The article discusses the questions of the organization of training work with the students of the specialized educational institutions, as well as the students of pedagogical institutes.
Keywords: sport and tourist activity, scientific-pedagogical and information maintenance.

УДК 524.35:674.125]-015.98

ПИТАННЯ ЩОДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ТУРИСТИЧНОГО ПРОДУКТУ

Чуєва І.О., Сидорук А.В.
Запорізький національний університет

У статті розглядаються проблеми забезпечення якості обслуговування на туристичних підприємствах, показники якості, та питання, пов'язані з випуском якісної продукції, що є специфічними для кожної галузі, в тому числі і для сфери туризму. Розглянуто основні стандарти в області виробництва і споживання туристичного продукту. Проблематику якості в туризмі розглянуто в двох напрямах: 1. Шляхом оцінки її параметрів, формуючи потреби споживачів туристичних послуг. 2. За допомогою оцінки стану зв'язків туристської фірми зі споживачами послуг, перш за все персоналу, який обслуговує клієнтів. Визначено основні параметри оцінки якості та споживчої цінності туристичних послуг з боку споживача та виробників. Основним індикатором конкурентоспроможності та ефективності функціонування будь-якої туристичної фірми є якість послуг, що нею надаються.
Ключові слова: туристичний продукт, туристична послуга, якість, сертифікація, стандартизація, споживач, виробник, конкурентоспроможність.

Постановка проблеми. Проблема забезпечення якості продукції має в сучасному світі універсальний характер. Показники якості, а також проблеми, пов'язані з випуском якісної продукції специфічні для кожної галузі, в тому числі і для сфери туризму. Здатність виробників турів оцінити відповідність послуг, що пропонуються окремими виконавцями різних видів туристичного обслуговування, вимогам, уподобанням, очікуванням і сприйняттю якості з боку клієнтів є невід'ємною умовою ефективного туроперейтингу – якості, як категорії, яка є нормованою і визначається стандартами. Стандарти встановлюються щодо виробництва і споживання туристичного продукту за окремими складовими-туристичними послугами. Специфіка сфери туризму полягає в тому, що її продукт повністю або частково невідчутний, а ефект сервісу оцінюється споживачами в умовах певного емоційного стану, який залежить від великої кількості факторів, зокрема суб'єктивних характеристик туриста.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематиці розвитку туристичної індустрії у контексті підвищення якості життя населення приділяли увагу зарубіжні вчені, зокрема, Л. Баумгартен [1], Дж. Эванс [3], Дж. Харингтон [8]. У вітчизняній науковій літературі питання ефективності поліпшення менеджменту якості, управління якістю туристичних послуг, у тому числі й послуг готелів, досліджували такі вчені, як М. Кривоберець, О. Оливко, Т. Ткаченко, А. Денисенко [2; 4; 5; 7].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. У працях значна увага приділена: обліку (формування інформаційної бази контролю) та аналізу (як методичний прийом контролю) витрат туристичних підприємств; проблемам контролю з урахуванням специфіки окремих видів туризму. Але залишаються невизначеними вплив ролі та місце якості створюваного туристичного продукту на організацію внутрішнього контролю на підприємстві. У той же час, свідченням існування такої потреби є праці науковців, які досліджували проблеми економіки туризму та менеджменту туризму.Тому сьогодні так необхідно в нашій країні розвивати дану галузь прискореними темпами. Для цього, перш за все, слід створити ефективну систему управління туристичним бізнесом. Очевидно, що рішення даної проблеми неможливо без визначення якості послуг, що надаються, що і є основним індикатором конкурентоспроможності та ефективності функціонування будь-якої туристичної фірми.

Мета роботи здійснити аналіз основних проблем оцінки якості туристичних послуг в сучасних умовах господарювання.

Відповідно до мети, нами були поставлені наступні **завдання**:

© Чуєва І.О., Сидорук А.В., 2019

1. Розкрити особливості оцінювання якості обслуговування на туристичних підприємствах.

2. Визначити основні проблеми управління якістю з урахуванням галузевої специфіки.

Виклад основного матеріалу. Проблема забезпечення якості продукції носить в сучасному світі універсальний характер. Від того, наскільки успішно вона вирішується, залежить багато в розвитку будь-якої галузі. Однак показники якості, а також проблеми, пов'язані з випуском якісної продукції, специфічні для кожної галузі, в тому числі і для сфери туризму [2, с. 317].

Формально рівень якості визначається як відповідність властивостей продукції та послуг вимогам стандартів. Директивними установками для створення технологій в галузі управління якістю є міжнародні стандарти ISO (МС ICO) серії 9000, орієнтовані на встановлення ідентичних норм до аналогічної продукції і послуг в світовому масштабі, в тому числі в сфері туризму. Крім того, на державному рівні законами та стандартами встановлюються вимоги, що забезпечують безпеку життя, здоров'я споживачів туристичних послуг, охорону навколишнього середовища, запобігання заподіяння шкоди майну споживача [11].

Туристський продукт – поняття комплексне, що складається з безлічі взаємопов'язаних складових – туристичних послуг. Згідно ДСТУ 28681.0-90 «туристична послуга – результат діяльності туристичного підприємства по задоволенню відповідних потреб туристів».

Якість послуги визначається вимогами ст. 4 Закону України «Про захист прав споживачів». Згідно із законом продавець (виробник, виконавець) зобов'язаний продати споживачеві товар (передати результати виконаної роботи, надати послугу), відповідний обов'язковим вимогам стандартів, умовам договору, що звичайно ставляться, а також надати інформацію про товари (роботи, послуги) [4, с. 34].

Правове поле для розробки стандартів в галузі туризму позначено в Законі України «Про стандартизацію». Вимоги цього Закону є обов'язковими для всіх суб'єктів господарської діяльності незалежно від форм власності, будь то органи державного управління або громадські організації, підприємства або підприємці.

Вимоги до туристичних послуг визначено в ДСТУ Р 5069094 «Туристично-екскурсійне обслуговування. Загальні вимоги». Вони, по суті, визначають ту суму технологій, які покликані забезпечити атрактивність туристського продукту як комплексу турпослуг. Згідно даним вимогам туристська послуга повинна відповідати призначенню, точно і своєчасно виконуватися, відповідати вимогам комплексності, комфортності, естетичності, ергономічності. Особливі вимоги пред'являються до етичності обслуговуючого персоналу [7, с 18].

Основними стандартами в області виробництва і споживання туристичного продукту є:

– ДСТУ 28681.0 «Стандартизація в сфері туристично-екскурсійного обслуговування. Основні положення», який встановлює основні види туристсько-екскурсійного обслуговування об'єктів стандартизації;

– ДСТУ 50646-94 «Послуги населенню. Терміни та визначення», який встановлює терміни та визначення понять в галузі стандартизації, сертифікації та управління якістю у сфері послуг, а також обов'язкову документацію по даній сфері робіт;

– ДСТУ 50762-95 «Громадське харчування. Класифікація підприємств громадського харчування », який визначає типи підприємств харчування, вимоги до якості послуг і їх асортименту;

– ДСТУ 50935-96 «Громадське харчування. Вимоги до обслуговуючого персоналу », що визначає критерії оцінки обслуговуючого персоналу на підприємствах харчування за рівнем професійної підготовки і кваліфікації, здатності до керівництва (для адміністративних працівників), знання керівних документів, що відносяться до професійної діяльності [7, с. 19].

Стандарти на продукцію і послуги підприємств туристської сфери встановлюють вимоги забезпечення безпеки життя, здоров'я туристів і екскурсантів, фактори ризику в туризмі, класифікацію об'єктів розміщення і харчування. Серед таких стандартів:

ДСТУ 50644-94 «Туристично-екскурсійне обслуговування. Вимоги щодо забезпечення безпеки туристів і екскурсантів»;

ДСТУ 50645-94 «Туристично-екскурсійне обслуговування. Класифікація готелів» [2, с. 319].

У сфері туристичного бізнесу існують також відомчі нормативні документи, які регламентують вимоги в області безпеки споживання турпослуг, що також є невід'ємною характеристикою якості турпродукту. Це санітарно-гігієнічні вимоги, що встановлюються Санітарними правилами і нормами, які затверджуються Міністерством охорони здоров'я України, Будівельні норми і правила, які затверджуються Державним комітетом України з будівництва.

Сертифікована система якості туристського підприємства дозволяє йому розширити коло надійних партнерів, підвищити свою конкурентоспроможність. Сертифікація в умовах ринкових відносин – визнаний в світі спосіб незалежного підтвердження (оцінки) відповідності продукції, робіт і послуг встановленим вимогам. Використання сертифікації створює передумови і умови для успішного вирішення низки найважливіших соціальних і економічних проблем [5, с. 58].

Введення сертифікації туристського продукту, гармонізованої з міжнародними правилами на відповідність вимогам стандартів, – необхідна умова інтеграції України у світовий туристський простір.

Як і в інших галузях, в туризмі сертифікація може використовуватися в законодавчо регульованій і в законодавчо не регульованій сферах. У першому випадку вона пов'язана з безпекою, охороною навколишнього середовища, здоров'я споживача. Мета добровільної сертифікації – створення умов для підвищення конкурентоспроможності продукції, що випускається або виконуваної роботи, а також для отримання певних гарантій щодо фактичного якості об'єктів кредитування і страхування [6].

Діяльність в сфері туризму має декілька специфічних проблем, які суттєво позначаються на створенні якісного турпродукту – ефективного туроперейтингу:

1. Дискретність (перервність) виробництва туристичних послуг та цілісність їх споживання. Незначні недоліки, припущені хоч одним із

співробітників готелю або ресторану в дотриманні технології обслуговування, можуть стати причиною незадоволення туриста в цілому. У забезпеченні якості турпродукту неможливо виділити більш важливу, або менш головну складову обслуговування – всі вони мають працювати однаково чітко і якісно. Туроперейтинг враховує специфічні технологічні і гуманітарні особливості якості будь-якого з видів обслуговування, що надається тим чи іншим підприємством туристичної індустрії, обраним для надання послуг за конкретним туром.

2. Можливість повторного виробництва турпослуг па однаково високому рівні, або тривалість якості [7, с. 19].

3. Відсутність у персоналу підприємства, що працює в туризмі, можливості виправлення браку і, як наслідок (враховуючи жорстку конкуренцію на ринку турпослуг), немає шансу на повернення гостя. Світова практика напрацювала певні правила організації ефективного сервісу, дотримання яких і дозволяє залучати по відношенню до конкретного туристичного продукту весь накопичений у сфері сервісу досвід [8, с. 243].

Ефективність діяльності туристичного підприємства та його конкурентоспроможність залежить від якості туристичного продукту, який він пропонує на ринку, тому невід'ємна умова ефективного туроперейтингу – здатність організатора туру оцінити якість обслуговування, що здійснюється спеціалізованими підприємствами туристичної індустрії, та обрати ділових партнерів-постачальників, які надають туристичні послуги відповідно до стандартів, вимог, очікувань та вподобань споживачів. Створюючи туристичний продукт, туроператор укладає угоди зі спеціалізованими підприємствами, які забезпечують певні ланки в комплексному обслуговуванні туристів. До таких, зокрема, належать: транспортні компанії, заклади розміщення та харчування, екскурсійні бюро, анімаційні агенції, компанії, що займаються збутом турпродукту тощо. Кожен з учасників комплексного туристичного обслуговування функціонує незалежно один від одного, тому туроператору слід збалансувати рівень якості для створення конкурентоспроможного туристичного продукту. Механізм управління якістю послуг – спосіб організації діяльності підприємства з характерними для нього відносинами між учасниками процесу надання послуг, а також виробником послуг та їх споживачами, формами й методами впливу на процес виробництва та реалізації послуг, організаційною структурою управління та умовами стимулювання людей до праці [5, с. 62].

Побудова системи якості туристичних послуг потребує від туроператора застосування комплексного логістичного підходу, який дасть змогу здійснити вибір оптимального набору послуг згідно з вимогами споживачів, оскільки єдиного, уніфікованого підходу до оцінки якості комплексного туристичного продукту не існує. Для підтримки якості окремих туристичних послуг на належному рівні розробляються стандарти обслуговування, які являють собою об'єднання обов'язкових правил, спрямованих на встановлення гарантованого рівня якості виконання окремих операцій, що входять до комплексу обслуговування [2, с. 320].

Стандарти визначають певні критерії, за якими оцінюється рівень надання послуг. Наприклад, у закладах розміщення такими критеріями можуть бути: відповідність наданих номерів класу обслуговування, стан готельної інфраструктури, час на отримання підтвердження про бронювання номера, швидкість поселення, асортимент додаткової послуги, зовнішній вигляд, професіоналізм персоналу, якість анімаційних програм, комфортність, санітарний стан та безпека перебування тощо. Формування якісного туристичного продукту неможливе без належно організованої маркетингово-збутової мережі туроператора. Оскільки туроператор реалізує туристичні продукти здебільшого через посередників, то якість обслуговування клієнтів туристичними агенціями впливає на загальний рівень задоволеності споживача. Основними завданнями, що ставляться перед діловими партнерами туроператора, які продають його продукти, є вміння розпізнати та оцінити вимоги і побажання клієнтів до обслуговування та домогтися їх задоволеності у виборі туру [4, с. 35].

Проблематику якості в туризмі потрібно аналізувати в двох напрямках:

– якість послуги – шляхом оцінки її параметрів, формуючи потреби споживачів туристичних послуг;

– якість обслуговування – за допомогою оцінки стану зв'язків туристської фірми зі споживачами послуг, перш персоналу, який обслуговує клієнтів.

Підходи до вимірювання показників якості туристичних послуг.

Оцінка якості зв'язується з порівнянням. У разі оцінки відповідності пропонованого до очікуваного продукту порівняння стосується ознак певного продукту і ознак зразка або ідеалу. Якість продукту підтверджує якість всіх послуг, що надаються, що входять до його складу. Незадовільна якість однієї з послуг зумовлює низьку оцінку продуктів в цілому.

До основних параметрів оцінки якості та споживчої цінності туристичних послуг відносяться показники, що визначають технічну, функціональну і етичну цінність окремих видів послуг і комплексних туристичних продуктів і показники їх суспільно необхідної вартості [5, с. 62].

Основними показниками технічної якості туру є:

– патентно-правові (наявність ліцензії, інших документів);

– безпеку туру (окремих послуг);

– відповідність умов обслуговування вимогам;

– відповідність категорій засобів розміщення рівню комфортності обслуговування.

Основними показниками функціональної якості можуть бути:

– ступінь досягнення мети подорожі, культура обслуговування в засобах розміщення;

– психологічна атмосфера туру, взаємовідносини з обслуговуючим персоналом і учасниками туру;

– якість харчування і культура ресторанного обслуговування;

– професійна презентація екскурсійних програм, ставлення місцевого населення;

– зручність і швидкість транспортного обслуговування на маршруті.

До показників етичної якості відносять:

– суспільна думка;

– думка конкретних споживачів послуг (реальних і потенційних) щодо можливості досягнення мети подорожі і якості туристського обслуговування.

Визначення рівня якості відбувається в три етапи:

1. вступний етап, який стосується з'ясування:

– споживчих ознак послуги, які формують її споживчу вартість;

– розряду рівня вимог, які пред'являють до послуг окремі групи споживачів, і можливості використання розрядів (в залежності від окремих якісних показників);

2. оцінка раціональності послуги;

3. порівняння рівня якості послуг з можливими замінниками вищого або нижчого рівня.

Отже, вимірювання якості послуги в багатьох випадках є великою проблемою для туристських підприємств. До основних способів належать вимірювання:

– часу виконання послуги;

– часу реалізації процесів;

– часу очікування послуги;

– реєстрації кількості претензій;

– спостереження за зміною економічних показників Інструментами вимірювання якості туристичних послуг є:

– стандарти;

– технічні і товарні норми;

– гарантія гарантійних витрати;

– культура обслуговування;

– забезпечення прав споживача;

Крім критеріїв оцінки якості послуг, якими керуються клієнти, потрібно відзначимо критерії та показники, які має використовувати туристське підприємство. До них відносяться:

– кількість скарг і пропозицій;

– лояльність клієнтів;

– термін реалізації послуг;

– витрати якості;

– типові економічні показники (обороти, прибутки і т.п.), які побічно відображають рівень якості послуг (в тому числі ступінь задоволеності клієнта) [5, с. 63].

Висновки і пропозиції. У туризмі якість є інтегрованою складовою процесу створення туристичного продукту, яка зумовлює задоволення сподівань і потреб туристів. Якістю є не тільки сукупність ознак, які характеризують туристичний продукт, а й те, що його відрізняє від інших продуктів, а також можливість продукту задовольняти сподівання туристів і їх визначені потреби. Вміле управлінця якістю гарантує те, що пропонований продукт знайде покупців і задовольнить їх потреби.

Список літератури:

1. Баумгартен Л.В. Управление качеством в туризме / Л.В. Баумгартен. – М.: Академия, 2010. – 304 с.
2. Денисенко А.В. Контроль якості туристичного продукту як необхідна передумова забезпечення ефективності діяльності туристичних підприємств / А.В. Денисенко // Сталий розвиток економіки – № 2. – 2013. – С. 317-320.
3. Эванс Дж.Р. Управление качеством: учеб. пособие для студ. вузов / Дж.Р. Эванс; пер. с англ. под. ред. Э.М. Короткова. – М.: Юнити-Дана, 2007. – 367 с.
4. Кривоберець М.М. Інструменти підвищення якості туристичних послуг / М.М. Кривоберець // Електронний журнал «Ефективна економіка». – № 1, 2017.
5. Оливко О. Оцінка якості комплексного туристичного продукту / Оксана Оливко // Вісник КНТЕУ. – 2015. – № 2. – С. 58-63.
6. Про туризм: Закон України // Відомості Верховної Ради України. – 1995. – № 31. – К.: Видавництво Верховної Ради.
7. Ткаченко Т.І. Туристичний продукт як об'єкт виробничого підприємництва / Т.І. Ткаченко // Проблемы материальной культуры – экономические науки – № 5. – 2017. – С. 17-20.
8. Харингтон Дж. Управление качеством в американских корпорациях / Дж. Харингтон. – М.: Экономика, 1999. – 272 с.

Чуева И.А., Сидорук А.В.
Запорожский национальный университет

ВОПРОСЫ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ КАЧЕСТВА ТУРИСТИЧЕСКОГО ПРОДУКТА

Аннотация
В статье рассматриваются проблемы обеспечения качества обслуживания на туристических предприятиях а также показатели качества, и вопросы, связанные с выпуском качественной продукции, которые являються специфическими для каждой отрасли, в том числе и для сферы туризма. Рассмотрены основные стандарты в области производства и потребления туристического продукта. Проблематику качества в туризме рассмотрено в двух направлениях: 1. Путем оценки ее параметров, формируя потребности потребителей туристических услуг; 2. С помощью оценки состояния свіязей туристской фирмы с потребителями услуг, прежде всего персонала, обслуживающего клиентов. Определены основные параметры оценки качества и потребительской ценности туристических услуг со стороны потребителя и производителей. Основным индикатором конкурентоспособности и эффективности функционирования любой туристической фирмы является качество оказываемых ею услуг.

Ключевые слова: туристический продукт, туристическая услуга, качество, сертификация, стандартизация, потребитель, производитель, конкурентоспособность.

Chuieva I.O., Sydoruk A.V.
Zaporizhzhya National University

QUESTIONS FOR PROVIDING THE QUALITY OF TOURIST PRODUCTS

Summary
The article deals witht he problems ofp roviding quality services at touristenter prises, as wellas quality in dicators, and is suesrelated to the release of quality products that are specific to each industry, including for the tourism sector. The main standards in the field of production and consumption of tourism products are considered. Quality is suesin tourism should beconsid ere din two directions: 1. byassessing its parameters, forming then eedsof consumers of tourist services; 2. Byassessing the status of the relation ship between the tourist firmand the customer services, firstofall, th estaff serving the clients. The basic parameters of estimation of quality and consumer value of tourist services on the part of the consumerand producers are determined. The main indicator of the competitiveness and efficiencyo fany travel company is the quality of the services it provides.
Keywords: tourist product, tourist service, quality, certification, standardization, consumer, manufacturer, competitiveness.

РОЗДІЛ 4 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

УДК 796.015.62-055.1

МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ШКОЛЯРІВ У ВІЛЬНИЙ ЧАС

Круцевич Т.Ю., Андрєєва О.В., Благій О.Л., Блистів Т.В.
Національний університет фізичного виховання і спорту України

У статті з урахуванням сучасного етапу розвитку галузевих наукових знань та на основі комплексного аналізу доступної літератури вивчено міжнародний досвід організації рекреаційної діяльності школярів у вільний час. Мета дослідження – проаналізувати і узагальнити вітчизняні та зарубіжні літературні джерела з проблем організації оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у позашкільних навчальних закладах. Для вирішення поставленої мети застосовувалися такі методи дослідження – аналіз і систематизація філософської, психолого-педагогічної та науково-методичної літератури й інформаційних ресурсів мережі Інтернет; абстрагування, логіко-теоретичний аналіз, компаративний аналіз, систематизація. На основі компаративного аналізу проведено порівняння організації занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю учнів під час дозвілля в різних країнах світу. Вивчено традиційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти різних країн світу.
Ключові слова: оздоровчо-рекреаційна діяльність, вільний час, школярі, дозвілля, міжнародний досвід, організація.

Постановка проблеми. Однією з найбільш гострих проблем галузі фізичного виховання сьогодні є підвищення рівня фізичного стану учнівської молоді. Актуальність цього питання зумовлена підвищенням захворюваності серед учнів, зниженням рівня їх фізичної підготовленості та рухової активності [4, с. 38]. Погіршення стану здоров'я і фізичного розвитку сучасних дітей, соціальне замовлення на збереження їх здоров'я зусиллями освітніх закладів, відсутність інноваційних підходів, спрямованих на позитивний результат вимагають пошуку найбільш ефективних і прогресивних шляхів вирішення проблем організаційно-методичного забезпечення фізкультурно-оздоровчої роботи серед школярів [1, с. 12; 3, с. 34; 11, с. 32; 12, с. 527]. Доцільним вбачається вивчення світового досвіду організації оздоровчо-рекреаційної діяльності школярів у вільний час.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вирішенні зазначених проблем корисним має стати досвід і можливості позашкільних навчальних закладів, зокрема центрів дитячо-юнацького туризму, які завдяки відкритості виховної системи, варіативності, розмаїттю гуртків, студій, секцій, клубів за інтересами, спроможні реалізовувати актуальні завдання з формування здорового способу життя, впроваджувати інноваційні підходи в організацію фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми [2, с. 217; 7, с. 4; 9, с. 86].

Дитячо-юнацький туризм (ДЮТ), орієнтований на соціально важливу категорію нашого суспільства – підростаюче покоління, посідає особливе місце в системі рекреаційно-туристської діяльності. У першу чергу він покликаний сприяти вихованню та освіті підростаючого покоління засобами туристсько-краєзнавчої діяльності, формуванню всебічно розвиненої особистості. Різними формами туристсько-краєзнавчої роботи в Україні охоплено більше 1 млн. 250 тисяч дітей, що становить 19,1% від загальної кількості учнів. У позашкільних навчальних закладах туристського напряму щорічно займаються майже 536 тисяч учнів. Сучасні економічні і соціальні передумови, що склалися в Україні, сформували суспільне замовлення на розвиток системи ДЮТ. На фоні розвитку вище зазначеного аспекту залишається незначною увага до туризму, як сфери педагогічної, виховної діяльності, активного відпочинку, корисного проведення дозвілля учнівської молоді. В той же час значна кількість науковців присвятили свої дослідження вивченню підходів до організації позашкільної діяльності школярів на основі використання засобів рухової активності. Так, Д.Р. Таубером [4, с.8]вивчено особливості організації фізичного виховання учнів старших класів на основі використання рекреаційно-спортивної діяльності та туризму (на прикладі Польщі). К.В. Мулик (2013) розглянуто можливість використання засобів спортивного туризму у фізичній рекреації школярів. О.В. Антоновим (2014) досліджено розвиток рухових якостей старшокласників на заняттях з пішохідного туризму у позашкільних навчальних закладах. Т.І. Гриньовою (2014) оцінено вплив оздоровчих занять різними видами спортивного туризму на формування фізичного стану дітей 10-13 років [5, с. 35; 6, с. 14; 8, с. 267].

© Круцевич Т.Ю., Андрєєва О.В., Благій О.Л., Блистів Т.В., 2019

Брак уваги до можливостей центрів дитячо-юнацького туризму у вирішенні проблем збереження та зміцнення здоров'я школярів, удосконалення їх фізичної підготовленості, а також недостатня кількість ґрунтовних комплексних наукових досліджень, методичних розробок із зазначених питань обумовлюють актуальність роботи.

Дослідження виконано відповідно до Плану наукової роботи НУФВСУ на 2016-2020 рр. згідно з темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630).

Мета дослідження – проаналізувати і узагальнити вітчизняні та зарубіжні літературні джерела з проблем організації оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у позашкільних навчальних закладах.

Методи дослідження – аналіз і систематизація філософської, психолого-педагогічної та науково-методичної літературний інформаційних ресурсів мережі Інтернет; абстрагування, логіко-теоретичний аналіз, компаративний аналіз, систематизація.

Виклад основного матеріалу. Впродовж проведеного нами дослідження нами було вивчено і проаналізовано сучасний досвід організації оздоровчо-рекреаційної діяльності школярів у вільний час. У сучасних умовах надання дітям та молоді широкого вибору освітніх і культурних послуг у вільний час є метою молодіжної політики багатьох країн світу.

У 1991 році представники низки європейських країн ухвалили спільне рішення про створення Європейської асоціації установ вільного часу дітей та молоді (EAICY) – це незалежна неурядова організація, яка об'єднує понад 25 тисяч інституцій у сфері позашкільної освіти незалежно від їх політичної, громадської, релігійної або іншої орієнтації, що підтримують її статутні цілі.

На сьогодні вона має статус приєднаного члена Ради Європи та дбає про здоров'я, змістовне дозвілля та всебічний розвиток дітей і молоді в країнах Європи, а її членами є близько 50 організацій із більше 20 країн Європи (Білорусі, Болгарії, Італії, Німеччини, Португалії, Казахстану, Литви, Латвії, Молдови, Нідерландів, Росії, України, Франції, Чехії), Україна з 2007 р. представлена 8 організаціями.

В основу діяльності Асоціації покладені принципи демократії, гуманізму, свободи й рівності. У Статуті проголошені ідеї, прийняті ООН і ЮНЕСКО у роботі з дітьми та юнацтвом. Документами, на яких ґрунтується робота Асоціації, є Декларація прав дитини 1959 р. та Конвенція прав дитини 1989 року. Щорічно EAICY влаштовує конференції, тренінги, змагання, конкурси та премії для дітей, юнацтва і молодих фахівців, публікації, науково-пізнавальні тури. Крім того, за підтримки даної організації відбуваються міжнародні контакти серед закладів системи позашкільної освіти, здійснюються програми обміну дітей і молоді в період літніх та інших канікул, узагальнюється досвід з педагогіки вільного часу.

Попри схожість структури та змісту діяльності позашкільних установ на європейському просторі, вони мають певні відмінності. Так, метою всіх проектів позашкільної освіти Вірменії є сприяння розвитку і соціалізації дітей і молоді, а також їхній захист від існуючих негативних тенденцій і явищ, таких як наркоманія, алкоголізм, торгівля людьми, у Грузії в літній період у різних регіонах функціонують молодіжні табори «Патріоти» тощо, основним напрямком для системи неформальної освіти Іспанії є надання соціальних знань і навичок через навчання дітей і молоді у вільний час у школах, організаціях, спортивних клубах. При цьому у системі позашкільної освіти Польщі, як і України, функціонують будинки школярів, станцій юних техніків, натуралістів, туристів тощо [10, с. 34].

Розглядаючи як одну з актуальних проблем сьогодення, а саме організацію рухової активності підлітків та зважаючи на ЗМІ як достатньо дієвий засіб популяризації здорового способу життя, Л. Чеховська [Чеховська] зробила огляд публікацій фізкультурно-спортивної тематики на шпальтах трьох тиражних газет м. Кракова і встановила, що у них більшою мірою відображена інформація стосовно видів спорту, видатних спортсменів, охорону здоров'я, дозвілля тощо, що надає молоді інформацію про види спорту, які культивуються у місті, та існуючі місця дозвілля. Ми переконані, що саме пропагандистська діяльність із залученням засобів масової інформації є стимулом прививати підростаючому поколінню основи здорового способу життя та бажання до занять оздоровчо-рекреаційної діяльності. Втім вважаємо, що інформаційні новини про спорт, туризм, спортивно-масові заходи тощо, варто викладати у мережу Інтернет, соціальні мережі оскільки, сучасна молодь менше читає друковані ЗМІ, тому при плануванні заходів пропагандистського характеру цей факт слід враховувати.

Соціально-економічні негаразди населення Російської федерації, безробіття, високий рівень захворюваності школярів, а також відсутність можливості оздоровити школярів у літніх таборах відпочинку підштовхнули А.В. Бірюкову [4, с. 142] ініціювати створення Сектору рекреації у відділі виховної роботи і додаткової освіти на базі Комітету з освіти та доводить, що внаслідок реалізації даної стратегії рекреації відбувається нівелювання факторів, що негативно впливають на здоров'я підлітків, досягається рекреаційний ефект на рівні їх фізичного, психічного і соціального здоров'я, формується позитивне сприйняття рекреаційної діяльності і здорового способу життя, а також розширюється кругозір учнів та задовольняються їх рекреаційні потреби. Цікавим є результат порівняльного аналізу рекреаційних програм зарубіжних і російських авторів, виконаних автором, де вона стверджує, що на відміну від російських програм, які сприяють адаптації школярів до умов середовища, попередженню ситуацій ризику, коли лише навчальне середовище підлаштовується під індивідуальні психофізичні особливості підлітків, закордонні програми спрямовані на розвиток відчуття безпеки, особистої самоідентифікації, навчання правилам поведінки і моральних цінностей.

Розуміючи під позаурочними заняттями рекреацією та туризмом добровільну участь учнів старших класів середньої школи в спортивно-рекреаційно-туристичних секціях з метою підви-

щення рухової активності, відпочинку, отримання задоволення і самовдосконалення в гімнастичних вправах, В.Б. Таубер [10, с. 123] запропонував з метою організації рекреаційно-оздоровчих заходів учнів старших класів загальноосвітніх ліцеїв і середніх навчальних закладів м. Познань (Польща) в позанавчальний час включали заняття спортом – спортивні та рухливі ігри, пляжні спортивні ігри, водні та зимові види спорту, плавання, екскурсії, туризм, туристичні походи: пішохідні, велосипедні, водні (на байдарках), на моторних човнах, рекреаційно-оздоровчі загартовуючі процедури. У туристично-спортивних походах основним засобом тренування базових фізичних якостей учнів є біг пересіченою місцевістю з подоланням природних перешкод від 20 до 60 хв при ЧСС в межах 120-160 уд · хв$^{-1}$, при чому трасу для таких пробіжок рекомендовано вибирати з невеликим перепадом висоти. При цьому за твердженням автора додаткові заняття рекреаційно-оздоровчого характеру та туристсько-спортивної діяльності забезпечують послідовне загартовування організму, підвищення працездатності, адаптації до фізичних і психічних навантажень.

Туристсько-краєзнавча діяльність протягом багатьох років є найбільш ефективним напрямом виховної роботи учнів Білорусі. Згідно з практичним досвідом функціонування гуртка «Пошук» під керівництвом Ю.М. Метельського, 4 заняття в тиждень за розділами «Краєзнавство» і «Туризм», знайомство з природними і культурними об'єктами, дозволяє розширяти теоретичні знання школярів з навчальних предметів, виховувати та фізично загартовувати їх. В результаті узагальнення сучасного досвіду з організації оздоровчо-рекреаційної діяльності школярів в Європейському регіоні та інших країнах світу, підвищення їх рухової активності встановлено, що в Мілані (Італія) реалізовують проект «Пішохідний шкільний автобус», в Чеській республіці організовують спеціальні оздоровчі табори для дітей, які страждають на ожиріння; проводять місячник «Пішки до школи», а в Норвегії

Таблиця 1

Традиційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти різних країн світу, за даними В.Л. Маринич [9]

Країна	Заходи
Україна	· удосконалення нормативно-правової бази галузі фізичної культури і спорту; · збільшення в навчальних закладах усіх типів обсягу рухової активності на тиждень; · широке залучення батьків до виховання здорової дитини; · поступове оновлення матеріально-технічної бази закладів ФК і С; · популяризація здорового способу життя та подолання стану суспільної байдужості до здоров'я нації; · широке впровадження соціальної реклами різних аспектів здорового способу життя в усіх засобах масової інформації та заборони усіх прямих та прихованих видів реклами алкоголю, тютюну тощо
Російська Федерація	· підвищення інтересу населення Російської Федерації до занять фізичною культурою і спортом; · розвиток інфраструктури для занять масовим спортом в освітніх установах і за місцем проживання; · створення та впровадження в освітній процес ефективної системи фізичного виховання, орієнтованої на особливості розвитку дітей і підлітків
Республіка Білорусь	· створення високоефективної системи управління галуззю на всіх рівнях; · подальше поліпшення якості організації фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів на основі традиційних і новітніх технологій; · устаткування в районних центрах тренажерних залів з пропускною спроможністю не менше 20 відвідувачів на годину; · організація роботи сезонних фізкультурно-спортивних споруд (загальноміських та районних ковзанок); · організація та забезпечення проведення оглядів-конкурсів на кращу організацію масової фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи; · розробка та тиражування електронних засобів навчання (навчально-методичних посібників) з фізичного виховання для викладачів закладів освіти
Республіка Казахстан	· розширення мережі доступних спортивних секцій і клубів з видів спорту для дітей, підлітків та молоді, в тому числі в сільській місцевості; · відкриття ДЮСШ та спортивних клубів у регіонах; · оснащення дошкільних установ, загальноосвітніх шкіл, ліцеїв і коледжів сучасним спортивним обладнанням та інвентарем, у тому числі в сільській місцевості; · створення регіональних центрів (клубів) спортивно-масової роботи; · створення дитячих дворових (підліткових) клубів у регіонах; · створення відділень і клубів із зимових видів спорту; · відновлення лижних баз в організаціях освіти; · продовження роботи спортивних товариств; · прийняття заходів по використанню у позаурочний та вечірній час спортивних об'єктів навчальних закладів з метою проведення спортивних заходів (секцій, груп здоров'я та інших) серед населення.
Польща	· розробка авторських освітніх програм фізичного виховання; · впровадження сучасних програм контролю фізичного стану, щорічні тижні оцінки рівня рухових якостей; · вдосконалення системи спортивних і розважальних заходів позашкільної освіти; · сприяння фізичній активності суспільства, активізація батьків; · навчання плаванню як практична форма фізичного розвитку молодших школярів; · ініціювання та підтримка програм підвищення фізичної активності в різних середовищах і соціальних групах; · активне просування туризму; · розширення форм відпочинку та реабілітації неповно справних; · сприяння спорту та фізичній активності людей з обмеженими можливостями; · розвиток спортивної інфраструктури (велосипедні доріжки, бігові і лижні маршрути, водні об'єкти).

реалізовують проект «Дитяча стежка» [9, с. 84]. На сьогодні фахівцями систематизовано інформацію щодо традиційних підходів до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти різних країн світу (табл. 1).

У Португалії поняття «позашкільні заняття» означає діяльність після шкільних уроків: спорт, прогулянки, семінари (гуртки), естетична освіта, інформатика. За допомогою засобів неформального навчання багато молодіжних організацій працюють, щоб допомогти „неблагонадійній" молоді знайти своє майбутнє, майбутнє, повне надії, упевненості у власних силах і можливостях його реалізації.

У Польщі існує 142 центри неформальної освіти, які належать Національній Раді Позашкільного Освіти 42 організації належать до «Польської асоціації позашкільної освіти». Неформальна освіта дає дітям унікальну можливість розкрити й розвити свої таланти й здібності, формує павички й уміння, забезпечує потреби особистості у творчій самореалізації, а також інтелектуальному, духовному, фізичному розвитку у відповідності зі здібностями, талантами й станом здоров'я дитини.

Організації неформальної освіти Болгарії надає можливість для особистісного розкриття, творчого розвитку, розвитку дитячих талантів а також підтримка в професійному самовизначенні, формуються навички для навчання протягом життя. Будучи частиною європейського різноманіття Болгарія дорожить такими цінностями як толерантність, завдяки якій культурне різноманіття країни було перетворю на джерело духовного багатства і єдності.

Проаналізувавши розвиток шкіл Німеччини, можна із упевненістю сказати, що вперше за тривалий час влада країни виявила непідроблену цікавість до проблем неформальної освіти й розвитку учнів і спрямувала освітню політику на допомогу й підтримку даної галузі. Школи країни, тісно співпрацюючи з неформальними освітніми установами, пропонують великий спектр різноманітної діяльності, спрямованої на одержання життєвого досвіду, набуття нових знань, умінь і навичок, що допомагають учням виявити себе й випробувати власні сили, залучати до здорового способу життя.

Висновки. Поданий аналіз дозволяє узагальнити наступне: відмінність концепцій та соціально-економічних умов розвитку систем неформальної освіти в європейських країнах, по-перше, зумовлює відмінності змісту, форм та технологій освіти; по-друге, не забезпечує подібності цілей установ НФО Європи, у яких помітним с акцепт на створенні умов для освіти, виховання, соціального становлення та самореалізації особистості, здатної до міжкультурної взаємодії.

Перспективи подальших досліджень. Подальшого наукового вивчення потребують питання організації оздоровчо-рекреаційних занять з використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, підвищення рівня рекреаційної культури різних груп населення.

Список літератури:

1. Андрєєва О.В. Аналіз проблем та перспектив впровадження оздоровчо-рекреаційної діяльності старшокласників в умовах загальноосвітнього навчального закладу / О.В. Андрєєва, Н.В. Ковальова, І.В. Хрипко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. – Вип. 5(24). – Вінниця: ТОВ «Планер», 2018. – С. 11-18.
2. Андрєєва О.В. Технологія розробки рекреаційно-оздоровчих програм у літньому таборі // Слобожанський науково-спортивний вісник. 2011. – № 4. – С. 216-219.
3. Андрєєва О.В. Проблеми та перспективи впровадження рекреаційно-оздоровчих занять в загальноосвітніх школах / О.В. Андрєєва, М.В. Чернявський // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 4. – С. 34-37.
4. Бирюкова А.В. Рекреация подростков в структуре показателей качества: дис. канд. соц. наук 22.00.04 – социальная структура, социальные институты и процессы. – Санкт-Петербург, 2009. – 174 с.
5. Благій О., Ячнюк М. Технологія впровадження засобів туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді. Молодіж. наук. вісн. Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2015. – Вип. 3. – С. 34-38.
6. Благій В.О. Особливості використання засобів туризму в рекреаційній діяльності студентської молоді // Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції студентів, аспірантів і молодих учених, присвяченій Всесвітньому Дню авіації і Космонавтики. – К.: НАУ, 2014. – С. 13-14.
7. Круцевич Т.Ю., Андрєєва О.В., Благій О.Л. Рекреативні заняття як чинник формування дозвільної культури / Т.Ю. Круцевич, О.В. Андрєєва, О.Л. Благій // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ, 2008. – № 1. – С. 3-8.
8. Круцевич Т. Проблеми організації рекреаційно-оздоровчих занять в структурі дозвільної діяльності студентської молоді / Т. Круцевич, О. Андреєва, О. Благій // Туризм і краєзнавство : збірник наукових праць. – Переяслав-Хмельницький: ПП «СКД», 2012. – С. 266-270.
9. Маринич В. Традиційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти різних країн світу / Вікторія Маринич, Ірина Когут // Теорія і методика фізичного виховання. – 2013. – № 2. – С. 81-86.
10. Таубер Д.Р. Физическое воспитание учащихся старших классов общеобразовательных лицеев и средних учебных заведений на основе применения рекреационно-спортивной деятельности и туризма (на примере Польши): дис. .... канд. пед. наук : 13.00.04 / Таубер Давид Роман. – Познань, 2003. – 192 с.
11. Чернявський М. Рекреаційно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання молодших школярів / М. Чернявський, О. Андрєєва // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – № 3. – С. 30-33.
12. Blagii O. Optimization of psycho physiological in dicators of adoles cents by means of sport orienteering / O. Blagii, V. Berezovskyi, L. Balatska, O. Kyselytsia, Y. Palichuk, O. Yarmak // Journal of Physical Education and Sport, 2018 –18 Supplement issue 1. – Art 75. – Pp. 526-531.

Круцевич Т.Ю., Андреева Е.В., Благий А.Л., Блыстив Т.В.
Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ В СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ

Аннотация
В статье с учетом современного этапа развития отраслевых научных знаний и на основе комплексного анализа доступной литературы изучено международный опыт организации рекреационной деятельности школьников в свободное время. Цель исследования – проанализировать и обобщить отечественные и зарубежные литературные источники по проблемам организации оздоровительно-рекреационной деятельности учащейся молодежи во внешкольных учебных заведениях. Для решения поставленной цели применялись такие методы исследования: анализ и систематизация философской, психолого-педагогической и научно-методической литературы и информационных ресурсов сети Интернет; абстрагирования, логико-теоретический анализ, компаративный анализ, систематизация. На основе компаративного анализа проведено сравнение организации занятий оздоровительно-рекреационной двигательной активностью учащихся во время досуга в разных странах мира. Изучены традиционные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы в системе образования разных странах.
Ключевые слова: оздоровительно-рекреационная деятельность, свободное время, школьники, досуг, международный опыт, организация.

Krutsevych T.Yu., Andrieieva O.V., Blagiy O.L., Blustiv T.V.
National University of Physical Education and Sports of Ukraine

INTERNATIONAL EXPERIENCE OF ORGANIZATION OF HEALTH AND RECREATIONAL ACTIVITIES OF SCHOOLCHILDRENIN THEIR FREE TIME

Summary
The article examines the international experience of organization of health and recreational activities of schoolchildren in their free time taking into account the current stage of development of branch scientific knowledge and on the basis of a comprehensive analysis of the available literature. The aim of the study is to analyze and generalize domestic and foreign literary on the issues of organization of youth health and recreation activities in extracurricular educational institutions. To address this goal, the following research methods were used: the analysis and systematization of the philosophical, psychological, pedagogical and scientific-methodical literature and the information resources of the Internet; the abstraction method; the logical-theoretical and comparative analyzes. Based on the comparative analysis, a comparison of the organization of recreational and motor activity classes of schoolchildren during their spare time in different countries of the world has been made. The traditional approaches to the organization of sports and recreational activities in the education system of different countries have been studied.
Keywords: health and recreational activity, spare time, schoolchildren, leisure, international experience, organization.

УДК 796.035.071.2:612.858.7

ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ І ПСИХОМОТОРНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СПОРТСМЕНІВ З ВАДАМИ СЛУХУ

Пангелова Н.Є., Василенко Н.В.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті на основі аналізу даних літературних джерел наведені дані щодо особливостей функціонального стану і психомоторних можливостей спортсменів з вадами слуху. Наведені дані щодо причин (етіології) виникнення патологій слуху. З'ясовано, що між порушенням слуху, мовленнєвою функцією та руховою системою існує тісна функціональна взаємозалежність. Характерними рисами дітей і підлітків з депривацією слуху є: недостатня координація і швидкість оволодіння основними руховими навичками; недостатній рівень розвитку складових координаційних здібностей (особливо – статичної й динамічної рівноваги, просторового орієнтування); відхилення у розвитку рухів; низький рівень фізичної підготовленості. Найбільш дієвим чинником корекції психофізичного стану людей з вадами слуху є регулярні заняття фізичними вправами, особливо адаптивним спортом.
Ключові слова: функціональний стан, психомоторні можливості, спортсмени, вади слуху.

Постановка проблеми. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) у теперішній час кожна десята людина на планеті є інвалідом внаслідок різноманітних травм і захворювань. Експерти ВООЗ прогнозують, що впродовж найближчих років світова спільнота не в змозі змінити тенденцію зростання кількості осіб з інвалідністю. Тому проблеми соціальної, медичної, економічної, психолого-педагогічної реабілітації таких людей та інтеграції їх у суспільстві набувають особливої гостроти. В Україні, з огляду на актуальність проблеми, відбулося ухвалення низки законодавчих актів із забезпечення осіб із інвалідністю рівності прав із здоровими людьми, можливості реабілітації та самореалізації (Закон України «Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні», 1991 р., 2007 р.; Конвенція про права осіб з інвалідністю, 2006 р.; Закон України №1490-VIII «Про внесення зміни до Закону України «Про ратифікацію Конвенції про права інвалідів і факультативного протоколу до неї», що регламентував заміну терміна «інвалід», 2016 р. та ін.)

У теперішній час в Україні більше 4 млн. інвалідів, серед них – значна кількість дітей, підлітків, молоді з різноманітними порушеннями. Але тільки близько 3% з них займаються фізичною культурою і спортом. Між тим, світовий досвід свідчить, що одним з найбільш ефективних серед заходів соціального захисту є реабілітація засобами адаптивної фізичної культури і спорту, оскільки такі регулярні заняття сприяють створенню необхідних умов для інтеграції людей з особливими потребами у суспільстві [4; 5; 6; 7; 14].

Фахівці ВООЗ констатують, що сьогодні майже 6% населення земної кулі мають порушення слуху, які у тій або іншій мірі ускладнюють соціальні комунікації.

У роботах низки авторів докладно обґрунтовується факт про те, що систематичні заняття адаптивною фізичною культурою і спортом є не тільки потужним засобом оздоровлення, виховання, але і засобом соціальної адаптації осіб з обмеженими функціональними можливостями організму, зокрема, з порушеннями слуху [1; 2]. У працях інших вчених розкривається необхідність вдосконалення змісту, методів і засобів залучення спортсменів з порушенням слуху до систематичних тренувань з врахуванням зростаючих вимог до рівня підготовленості учасників Сурдлімпійських ігор [11; 13; 15].

У системі спортивних занять глухих культивуються такі види спорту: легка атлетика, волейбол, пляжний волейбол, баскетбол, боротьба вільна, боротьба греко-римська, дзю-до, карате, тхенквадо, спортивне орієнтування, футбол, футзал, шахи, шашки, армрестлінг, лижні перегони, велоспорт, плавання, настільний теніс, бадмінтон, теніс, кульова стрільба, боулінг [2; 4; 6; 12].

Міжнародний спортивний рух людей з вадами слуху виник у 1924 році після проведення перших Всесвітніх ігор глухих і заснування в цьому ж році Міжнародного спортивного комітету глухих. Спортсмени з вадами слуху беруть участь у Сурдлімпійських іграх (з 2001 року – Дефлімпіські ігри), які проводяться раз на чотири роки з 25 літніх і 7 зимових видів спорту за єдиними правилами відповідних спортивних федерацій (FIFA, FILA, FIVB та ін.), прийнятих для здорових спортсменів [6]. У цьому їх відмінність від Параолімпійських ігор, які проводяться за спеціальними правилами, що розроблені для певних категорій інвалідів.

Актуальність даного дослідження підтверджується тим, що протягом останніх років (Дефлімпійські ігри 2009 р. (Тайвань), 2013 р. (Болгарія), 2017 р. (Туреччина) серед найсильніших спортсменів з вадами слуху значно зросла щільність результатів і збільшилася конкуренція. У зв'язку з цим, необхідними є дослідження, які спрямовані на пошук шляхів підвищення результатів спортсменів, розробку таких методик, які будуть ефективними для осіб з порушеннями слуху і враховують особливості їх психофізичного розвитку.

Підготовка кваліфікованих спортсменів з вадами слуху здійснюється, в основному, за зразками підготовки здорових спортсменів, що часто не тільки не дозволяє досягти запланованих результатів, але є украй небезпечним [10]. Як зазначають фахівці, підбір засобів та методів для корекції навчально-тренувального процесу, спрямованого на досягнення високих результатів у спортсменів з валами

© Пангелова Н.Є., Василенко Н.В., 2019

слуху, повинен здійснюватися, насамперед, на підставі врахування нозологічних особливостей функціонального стану і психомоторних можливостей спортсменів-інвалідів [6; 9], що і визначає актуальність даного теоретичного дослідження.

Мета статті – аналіз, узагальнення та систематизація даних літературних джерел щодо особливостей функціонального стану і психомоторних можливостей спортсменів з вадами слуху.

Виклад основного матеріалу. Визначення особливостей психофізичного стану спортсменів з вадами слуху потребує розкриття причин їх виникнення.

Стійки порушення слуху можуть бути вродженими або набутими. Вроджений характер порушення слуху спостерігається рідше, аніж набутий.

Чинниками вродженої патології слуху можуть бути: інфекційні захворювання (кір, грип) матері під час вагітності (особливо небезпечно, якщо захворювання виникло у першому триместрі вагітності); хімічні речовини (стрептоміцин, хінін, алкоголь); травми плода (особливо – у перші місяці вагітності).

Набуті порушення слуху виникають в результаті дії різноманітних чинників. Важкі порушення слуху зазвичай є наслідком ураження звукосприймаючого апарату (внутрішнього вуха, слухового нерву), у той час як легка і середня ступінь може виникати при ураженні лише звукопровідного апарату (середнього вуха).

Серед причин порушення слуху у дітей найбільш поширеним є наслідки гострого запалення середнього вуха (гострий отит). Також часто ураження слуху обумовлене захворюваннями носа і носоглотки, які призводять до порушення проходження Євстахієвої труби.

Важке порушення слуху з одночасним розладом функції вестибулярного апарату виникає під дією такого захворювання, як цереброспінальний менінгіт. Ураження внутрішнього вуха виникає у перші дні захворювання – з'являється повна глухота, як правило, двохстороння.

Також важкі наслідки можуть виникнути під час вірусного захворювання – запалення навколовушної слинної залози (епідемічному паротиті, або так званої «свинки»). Ураження, зазвичай буває з одної сторони, однак може призвести до повної двохсторонньої глухоти. На думку дослідників [8, 9], глухота при епідемічному паротиті виникає в результаті загибелі рецепторного апарату у внутрішньому вусі.

Основна патологія може викликати наслідки, які є причинами нових порушень. Виявлено, що втрата слуху у дітей супроводжується дисгармонійним фізичним розвитком у 62% випадків, у 44% – дефектами опорно-рухового апарату (сколіоз, плоскостопість та ін.), у 80% випадків – затримкою моторного розвитку. Супутні захворювання спостерігаються у 70% глухих дітей.

У працях Б.В. Сермєєва (1991) і Є.Г. Кокарєвої (2013) визначається, що у дітей з порушеннями слуху відмічається затримка розвитку локомоторних статичних функцій, що, у свою чергу, здійснює вплив на формування міжаналізаторних зв'язків, звужує «ближній» простір. Затримка у розвитку «прямостояння» (оволодіння сидінням, ходьбою та ін.) призводить до порушення орієнтування у просторі та предметному світі.

Дошкільники з вадами слуху відрізняються від здорових однолітків соматичною слабкістю, недостатньою рухливістю. Встановлено, що такі діти відстають у психофізичному розвитку на 1-3 роки [9].

Порушення рухової сфери у дітей виявляються у наступному [8]:

- у знижені рівня розвитку основних фізичних якостей: відставання від норми у показниках сили м'язових груп тулубу і рук, швидкісно-силових якостей, швидкості від 12 до 30%;
- у важкості збереження статичної й динамічної рівноваги: відставання від норми у статичній рівновазі до 30%, динамічній – до 21%;
- у недостатній координації й невпевненості рухів (ходьба, біг, стрибки та ін.);
- у відносно низькому рівні орієнтування у просторі;
- у недостатній швидкості виконання окремих рухів, низькому темпі рухової діяльності.

Слух дуже тісно пов'язаний з рухом. М.О. Бернштейн [3], вказуючи на взаємозв'язок рухового та слухового аналізаторів, підкреслював, що рух коректується не тільки зором, але і слухом. Виключення слуху із системи аналізаторів означає не тільки ізольоване «випадіння» однієї сенсорної системи, а також порушення всього процесу особистісного розвитку людей цієї категорії. Між порушенням слуху, мовленнєвою функцією та руховою системою існує міцна функціональна взаємозалежність.

Педагогічні спостереження та експериментальні дослідження, підтверджуючи це положення, дозволяють виділити наступні характерні риси рухової сфери глухих школярів [5; 7; 8]:

- недостатня координація основних рухових навичок;
- недостатня швидкість оволодіння нових рухових навичок;
- недостатній рівень розвитку статичної й динамічної рівноваги;
- низький рівень розвитку просторового орієнтування;
- відхилення у розвитку рухів: дрібної моторики кисті й пальців рук; узгодженості рухів окремих ланок тіла у часі й просторі; переключенні рухів; диференціації та ритмічності рухів;
- низький рівень фізичної підготовленості.

Представлені вище порушення рухової сфери глухих школярів мають

взаємозв'язаний характер і обумовлені спільними чинниками і структурою слухового дефекту, недостатністю мовленнєвої функції, зменшенням обсягу зовнішньої інформації, станом рухового аналізатору, ступенем функціональної активності вестибулярного аналізатора.

Особливо негативно ця сукупність чинників впливає на координаційні здібності, оскільки вони реалізуються на дефектній основі сенсорних систем, які приймають участь в управлінні рухами. Тому діти і підлітки з вадами слуху витрачають на засвоєння складнокоординаційних навичок значно більше часу, мають нижчий рівень досягнень у точності і швидкості виконання рухів, поступаються у показниках статичної й динамічної рівноваги однолітками.

Більша частина авторів пояснює низький рівень розвитку координаційних здібностей (особ-

ливо рівноваги) недостатньою функціональною активністю вестибулярного апарату [2; 5; 7; 10].

В.О. Фарфель (2017) дійшов висновку, що на точність руху впливає не стільки стан вестибулярного апарату, скільки ступінь досконалості рухового аналізатору. Між тим, якісні характеристики прямостояння у слабкочуючих спортсменів знаходяться у прямій залежності від стану вестибулярного апарату.

За даними дослідників [7; 9], у дітей 7-13 років з вадами слуху показники сагітального розміру просторового поля стійкості та коефіцієнта використання площі не перевищували 70-74% таких само показників здорових учнів. З віком ця різниця зменшується. Школярі з порушенням слуху у показниках динамічної рівноваги відстають від своїх здорових однолітків у всіх вікових групах. Найбільша різниця (до 89%) спостерігається у молодшому і середньому шкільному віці.

Вроджені або ранні порушення функцій слухового та вестибулярного аналізаторів призводять до зниження почуття просторового орієнтування, що виявляється під час ходьби, бігу, виконання вправ з предметам [8].

Під час ходьби з відкритими очима старші школярі з вадами слуху мають такі самі показники, як і їх здорові однолітки. Однак, під час ходьби із закритими очима у 46% дітей з порушенням слуху присутні розлади рівноваги, асиметрія рухів. Особливо помітна ця різниця у віці 11-14 років. У більш старшому віці відмінностей у ступені асиметрії практично немає. В.С. Фарфель (2017) пояснює цей факт пристосувальними віковими змінами.

Дослідження щодо особливостей проявлення швидкісних якостей в умовах, які потребують різного рівня концентрації уваги, свідчить про суттєві відмінності між різновіковим контингентом з вадами слуху і здоровими людьми. Середні значення швидкості сенсорно-рухової реакції при зниженій інтенсивності звукового інформаційного потоку виявилися нижчими у порівнянні з обстежуваними з нормальними функціонуваннями слухового аналізатора [5; 7].

Час зорово-моторної реакції у глухих відрізняється від латентного періоду здорових спортсменів. Різниця між середніми величинами в цих групах у молодшому шкільному віці складає 72 мс. Різниця у цих показниках в осіб у віці 18-45 років складає всього 6-7 мс, що свідчить про відсутність суттєвих відмінностей з віком.

Показники складної зорово-моторної реакції спортсменів різного віку з порушеннями слуху наближаються до значень здорових і мають індивідуальний характер.

Частота рухів кисті (за показниками теппінг-тесту) у дітей з вадами слуху є меншою: у 13-14 років – на 13%, у 15-17 років – лише на 5%, що свідчить про достатньо високі теми розвитку цього проявлення швидкості [8; 9].

Дані досліджень свідчать, що показники динамометрії (сила м'язів кисті) у дітей 9-12 років з порушенням слуху є нижчими (на 30-35%), ніж у здорових однолітків, але теми її вікового розвитку співпадають [7].

Показники статичної витривалості у 7-8-річних дітей з депривацією слуху є нижчими, ніж у здорових дітей. Але до 9-10 років відмінностей у показниках практично немає. Співпадає і гетерохронія у розвитку статичної витривалості: зниження її рівня у 13-15 років та інтенсивне зростання у 16-17 років.

Що стосується загальної динамічної витривалості, то її показники у спортсменів з вадами слуху наближаються до значень здорових і залежать головним чином, від стану кардіореспіраторної системи.

Висновки. Таким чином, своєрідність психічного і фізичного розвитку дітей і підлітків з депривацією слуху обумовлена низкою чинників:

- функціональним порушенням окремих фізіологічних функцій;
- загальною соматичною послабленістю;
- частковим відставанням у психічному розвитку;
- недорозвиненнями або відсутністю мовлення.

Найбільшим дієвим чинником корекції психофізичного стану дітей і підлітків з вадами слуху є регулярні заняття фізичними вправами. Особливо ефективними є заняття адаптивним спортом, оскільки вони сприяють не тільки гармонійному розвитку особистості, але й інтеграції людей з порушеннями слуху у суспільство.

Список літератури:

1. Андриенко Е.В. Социальная психология: учеб. пособие – М.: Академия, 2004. – 264 с.
2. Байкина Н.Г. Диагностика и коррекция двигательной сферы у лиц с нарушением слуха. – Запрожье: ЗГУ, 2003. – 120 с.
3. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Бернштейн. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 287 с.
4. Бріскін Ю.А. Теоретико-методичні основи спорту інвалідів як складові міжнародного олімпійського руху: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз вих. та спорту: [спец.] 24.00.01 / Ю.А. Бріскін. – Київ, 2007. – 41 с.
5. Губарева Н.В. Дифференцированный поход в процессе коррекции и развития координационных способностей у школьников с различной степенью нарушения слуха: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Н.В. Губарева. – Омск, 2009. – 21 с.
6. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике роботы / С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2014. – 237 с.
7. Єракова Л.А. Диференційоване фізичне виховання сліпих та слабкозорих дітей в умовах спеціалізованого інтернату: автореф. дис. ... канд. н. з фіз. вих. і с.: 24.00.02. – К., 2005. – 21 с.
8. Кокарева Е.Г. Закономерности гетерохронных изменений комплекса психофизиологических функций у детей с нарушениями зрения и слуха / Е.Г. Кокарева, В.И. Ляпкало // Человек. Спорт. Медицина. – 2013. – № 3(13). – С. 57-61.
9. Крет Я.В. Коррекция психофизического развития глухих детей старшего дошкольного возраста: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Киев, 2000. – 19 с.
10. Маланчук Г.Г. Підготовка фахівців у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту до практичної діяльності з глухими дітьми: автореф. дис. ... канд. наук з фіз вих. та спорту: [спец.] 24.00.02. – Київ, 2007. – 20 с.

11. Морозов А.П. Комплексный контроль физической подготовлености высококвалифицированных бегунов с нарушением слуха на короткие и средние дистанции: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Москва, 2013. – 20 с.
12. Передерій А.В. Технічна підготовка спортсменів з наслідками церебрального паралічу з урахуванням особливості рухової пам'яті (на прикладі легкої атлетики): автореф. дис. ... канд. наук з фіз вих. та спорту: [спец.] 24.00.02. – Львів, 2002. – 20 с.
13. Романов Ч.П. Дифференцированная методика бросковой и скоростно-силовой подготовки высококвалифицированных метателниц молота с разными соматотипами: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 – Тула, 2012. – 20 с.
14. Хода Л.Д. Методика социальной интеграции неслышащих людей в различных видах адаптивной физической культуры: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Санкт-Петербург, 2008. – 21 с.
15. Чешихин В.А. Система подготовки квалифицированных спортсменов-оринтировщиков с нарушением слуха: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Москва, 2012. – 20 с.

Пангелова Н.Е., Василенко Н.В.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ПСИХОМОТОРНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ С НЕДОСТАТКАМИ СЛУХА

Аннотация
В статье на основе анализа данных литературных источников приведены данные об особенностях функционального состояния и психомоторных возможностей спортсменов с недостатками слуха. Приведены данные о причинах (этиологии) возникновения патологий слуха. Установлено, что между нарушением слуха, речевой функцией и двигательной системой существует тесная функциональная взаимозависимость. Характерными чертами детей и подростков с депривацией слуха являются: недостаточная координация и быстрота овладения основными двигательными навыками; недостаточный уровень развития составляющих координационных способностей (особенно – статического и динамического равновесия, пространственной ориентировки); отклонения в развитии движений; низкий уровень физической подготовленности. Наиболее действенным фактором коррекции психофизического состояния людей с недостатками слуха являются регулярные занятия физическими упражнениями, особенно адаптивным спортом.
Ключевые слова: функциональное состояние, психомоторные возможности, спортсмены, недостатки слуха.

Panhelova N.Ye., Vasilenko N.V.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

PECULIARITIES OF FUNCTIONAL CONDITION AND PSYCHO-MOTIVE OPPORTUNITIES OF SPORTSMEN WITH IMPAIRED HEARING

Summary
In the article on the basis of analysis the data of literary sources the data of peculiarities of functional condition and psycho-motive opportunities of sportsmen with impaired hearing were given. The data as for the reasons (etiology) of appearing the hearing pathologies were given. It was found out that between the impaired hearing, speech function and movement system there is close functional self-dependence. The characteristic features of children and teens with the hearing impairing are: insufficient coordination and speed mastering of the main moving skills; insufficient level of development of constituent coordination skills (especially – static and dynamic balance, space orientation); deviation in development of movements; low level of physical preparation. The most significant factor of correction of psychological condition of people with impaired hearing is regular physical exercises, especially adaptive sports.
Keywords: functional condition, psycho-motive opportunities, sportsmen, hearing pathology.

УДК 379.8

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ У РОЗВИТКУ РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ

Пангелова Н.Є., Пангелов Б.П.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті поданий аналіз сучасних тенденцій у розвитку рекреаційної діяльності населення України, якими є: зростання значення оздоровчо-рекреативних, спортивно-рекреативних та пізнавально-рекреативних занять; відносне зниження значення лікувально-рекреативних заходів; виникнення нових засобів і видів рекреаційної діяльності (боулінг, пейнтбол, бестджампінг, паркур, кайтінг та ін.). Розповсюдження нових видів рекреаційної діяльності сприяє реалізації її окремих аспектів .
Ключові слова: нові види, рекреаційна діяльність, сучасні тенденції.

Постановка проблеми. Сучасний рівень розвитку цивілізації та основні тенденції її трансформації у просторі і часі супроводжуються підвищенням емоційно-психологічної напруженості у суспільстві, зростанням екологічних проблем. Як зазначає О.В. Андрєєва (2014), в Україні трансформаційні процеси, окрім деяких позитивних зрушень, позначаються негативними явищами у життєдіяльності людей-зниженням тривалості життя, скороченням рухової активності, підвищенням рівня неінфекційних хронічних захворювань, істотним зменшенням фінансової забезпеченості, втратою орієнтирів на здоровий спосіб життя [7; 11; 12].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Однією з причин погіршення ситуації зі станом здоров'я населення є недостатня державна підтримка рекреаційного-оздоровчої сфери, призначенням якої є: відновлення працездатності населення; збільшення обсягу рухової активності різних соціальних категорій; якісне наповнення вільного часу дітей, підлітків, молоді, дорослих цікавими та ефективними формами рекреаційної діяльності. На необхідність активізації роботи у цьому напрямі вказують відомі вітчизняні та зарубіжні вчені О.В. Андрєєва (2014); М.М. Булатова (2008); М.В. Дутчак (2009); Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова (2013); Є.Н. Приступа (2010).

Протягом останніх десятиліть у світі спостерігається бурхливий розвиток індустрії рекреації і відпочинку. Фізичну рекреацію розглядають із позицій кількох методологічних підходів – як діяльність, спрямовану на відпочинок та організацію дозвілля; як засіб відновлення сил, витрачених у процесі праці; як засіб набуття і реалізації життєвих цінностей тощо. Вони не суперечать, а доповнюють одне одного [11].

Зміст фізичної рекреаційної діяльності становлять рухливі ігри та розваги, переключення з одного виду діяльності на інший, профілактика несприятливих зовнішніх впливів навколишнього середовища на організм людини, відновлення незначно знижених функцій організму [13].

Т.Ю. Круцевич і Г.В. Безверхня (2010), розглядаючи зміст фізичної рекреації ширше, виокремлюють такі її ознаки:

- ґрунтується на руховій активності;
- головним засобом є фізичні вправи;
- рекреація здійснюється у вільний чи спеціально визначений час;
- містить культурно-ціннісні аспекти та інтелектуальні, емоційні, фізичні компоненти;
- має переважно розважальний (гедоністичний) характер і здійснюється на добровільних і самодіяльних засадах;
- наявний позитивний вплив на організм людини та її психоемоційний стан;
- рекреація здійснюється переважно в природних умовах;
- наявні науково-методичні засади фізичної рекреації.

Як свідчать дослідження [1; 3; 11; 13; 15], головною функцією фізичної рекреації є адаптивно-рекреаційна. Рекреаційна діяльність сприяє підвищенню якості адаптації людини до умов життя. Ця функція реалізується через похідні, що забезпечують формування благополуччя особистості у таких сферах їх життєдіяльності:

- фізичній (відновлення і покращення здоров'я, тілобудови, розвиток фізичних якостей);
- особистісній (розвиток адаптивно важливих якостей особистості, формування позитивного відношення до дійсності);
- соціальній (поліпшення стосунків з оточуючими, професійне зростання, підвищення соціального статусу.)

Натепер існують різні підходи до визначення цілей фізичної рекреації. Так, М.А. Якобсон [17] визначає фізичну рекреацію як різні, пов'язані з рухом види ігрової діяльності у сфері дозвілля; Н.І. Пономарьов [14] – як ігрову діяльність дозвілля, пов'язану з отриманням задоволення від самого процесу виконання фізичних вправ і спрямовану на організацію активного відпочинку; В.М. Видрін [6] – як органічну частину фізичної культури, спрямованої на використання фізичних вправ з метою відновлення працездатності, активного відпочинку і розваг; Г.П. Віноградов [5] – як потребу людини в заняттях фізичним вправами з метою розваги та отримання задоволення; Б.В. Євстафьєв [9] наголошує, що базовим поняттям фізичної рекреації є не фізична культура, а саме рекреація, як вид дозвілля.

Як вважають більшість авторів, основний засіб фізичної рекреації – фізичні вправи [5; 11; 13].

Так, О.В. Харитонов [16] умовно поділив засоби фізичної рекреації на такі групи циклічні (легка атлетика, лижний спорт, прогулянки, плавання), єдиноборства (бокс, боротьба, східні єдиноборства), спортивні ігри (баскетбол, волей-

© Пангелова Н.Є., Пангелов Б.П., 2019

бол, теніс) і рекреаційні (шахи, шашки, стрільба, атлетична гімнастика, масаж, загартування, туризм, рибальство, полювання).

Арсенал рекреативних занять постійно збагачується різноманітними елементами рухової активності з використанням новітніх технологій для досягнення і підтримки оптимального рівня фізичного стану людини відповідно до її мотивації та індивідуальних особливостей, що є однією із сучасних тенденцій розвитку фізичної рекреації, висвітлення яких є досить актуальним завданням.

Мета статті – аналіз, узагальнення та систематизації даних літературних джерел щодо сучасних тенденцій у розвитку рекреаційної діяльності населення України.

Виклад основного матеріалу. Як вже відмічалося, фізична рекреація являє собою організовану рухову діяльність, яка спрямована на відновлення епізодично або хронічно зниженої фізичної і психічної працездатності людини за допомогою фізичних вправ, інноваційних технологій фізичної культури на основі закономірностей механізмів адаптації, а також – використання природних і гігієнічних факторів.

У теперішній час еволюція рекреаційної діяльності обумовлює наявність наступних тенденцій:

· зростання значення оздоровчо-рекреативних, спортивно-рекреативних та пізнавально-рекреативних занять;

· відносне зниження значення лікувально-рекреативних заходів;

· виникнення нових засобів і видів рекреаційної діяльності (боулінг, пейнтбол, бейстджампінг, паркур, кайтинг та ін.).

У сучасних умовах в Україні є характерним розповсюдженням нових видів рекреаційної діяльності, які сприяють реалізації її окремих аспектів. Необхідно відмітити, що нові засоби фізичної рекреації знаходять своє застосування серед різних вікових груп населення (від дітей до людей середнього віку) та соціальних верств суспільства (від школярів та студентів до менеджерів та керівників великих організацій та фірм). Найбільш широкого розповсюдження у рекреаційній діяльності населення набули відносно нові види фізичних вправ і рухових дій, які знімають психологічне напруження, формують вольові якості та стійкість до стресів. Популярність саме таких видів фізичної рекреації, на нашу думку, може пояснюватися тією складною політичною та економічною ситуацією сьогодення України, що негативно відбивається на психоемоційному стані громадян нашої країни.

Надамо стислу характеристику найбільш популярним новим видам фізичної рекреації.

Боулінг (від англ. – to bow – катати) – спортивне гра у кулі, яка є похідною від гри в кеглі. Мета гри – збити за допомогою найменшої кількості куль кеглі, які встановлені певним чином. Не можна говорити про те, що цей вид рухової активності є новим, але в останній час гра в боулінг отримала новий імпульс у своєму розвитку – відкриваються фізкультурно-оздоровчі боулінг-клуби; отримали наукове обґрунтування структура і зміст технології рекреаційної діяльності в умовах боулінг-клубу [1].

Пейнтбол (англ. paintball – куля з фарбою) – командна гра із застосуванням ручної пневматичної зброї (маркера), який стріляє капсулами з фарбою. Рекреаційний дозвіллєвий пейнтбол є захоплюючим видом спортивної та дозвіллєвої діяльності і володіє всіма перевагами командних заходів (висока емоційність, вироблення у великій кількості адреналіну).

Більярд (від фр. bille – куля) – загальна назва декількох настільних ігор з різними правилами. Їх об'єднує пересування куль за допомогою кию по більярдному столу. Гра у більярд може бути рекомендована як доступний засіб рекреаційної діяльності, який сприяє: збереженню правильної постави; розвитку окоміру, координації рухів; швидкості реакції. Гра у більярд – прекрасний засіб відпочинку, що «знімає» нервове напруження.

Бейсджампінг (англ. – Basejumping) – екстремальний вид рухової діяльності, де використовується спеціальний парашут для стрибків із фіксованих об'єктів (мости, вежі та ін.). В Україні в останній час цей вид розваг досить популярний. Найбільш відомі об'єкти для стрибків – м. Камянець-Подільський (міст через річку Смотрич), м. Київ (пішохідний міст на Труханів острів) та ін.

Кайтинг (англ. Kite – повітряний змій) – це такий вид діяльності, де в якості рушійної сили використовується повітряний змій. Не дивлячись на те, що конструкція і техніка управління спортивним кайтом має багато спільного з планерним спортом, вейкбордінгом, серфінгом і віндсерфінгом, це новий, екстремальний вид спорту. Кайтингом можна займатися цілий рік, хоча умовного його поділяють на літній і зимовий в залежності від застосування типів спортивних кайтів. З точки зору використання поверхні для катання кайтинг поділяється на кайтсерфінг (Kitesurfing) – катання на воді (зазвичай влітку), сноукайтинг (snowkiting) – катання на снігу взимку та лендкайтинг (landkiting) – катання на землі достатньо щільної, для того, щоб застосовувати колеса.

Паркур (фр. parkour – дистанція, смуга перешкод). Паркур – мистецтво раціонального подолання перешкод і стиль життя, заснований французом Давідом Беллє. Сутністю паркуру є рух вперед і подолання будь-яких перепон, які зустрічаються. Паркур вимагає високого ступеня володіння тілом, фізичної та координаційної підготовленості. Під час руху не можна застосувати будь-які допоміжні засоби. Звичайними перепонами для трейсера (людина, яка займається паркуром) є дерева, стіни, дахи, сходи.

Фрі-дайвінг (англ. – free – вільно, dive – пирнати) – підводне плавання із затримкою дихання (апное). Кожне занурення обмежується певними факторами – час затримки дихання і нестача кисню. Зазвичай час занурення – 1-1,2 хв.

Нові види, які представлені вище, мають право на існування як самостійні види рухової активності, а також – як додаткові, в залежності від виду дозвілля. Застосування цих нових видів може мати повне або часткове обмеження, в залежності від віку, стану здоров'я, фізичної підготовленості рекреанта.

Узагальнюючи представлені дані можна визначати співвідношення нових і традиційних видів фізичної рекреації до основних положень поняття «рекреація» (табл. 1).

Таблиця 1

Співвідношення основних положень поняття «рекреація» і видів (нових і традиційних) фізичної рекреації

№	Основні положення поняття «рекреація»	Види фізичної рекреації
1	Відновлення фізичного і психічного потенціалу людини	Боулінг, більярд, бейсджампінг, кайтинг, паркур, спелеотуризм, фрі-дайвінг
2	Ігри, розваги для відновлення організму людини	Боулінг, більярд
3	Сегмент індустрії дозвілля, пов'язаний з активними відпочинком на відкритому повітрі	Рекреаційний пейнтбол, спелеотуризм, пішохідний туризм, велотуризм, фрі-дайвінг, риболовля, полювання
4	Активна діяльність у мінливих умовах зовнішнього середовища з метою підвищення адаптаційних можливостей організму	Паркур, сноускейт, спелеотуризм, фрі-дайвінг
5	Комфортний відпочинок з метою профілактики захворювань у поєднанні із заняттями фізичними вправами, оздоровчими процедурами	Санаторно-курортні послуги, пізнавальні тури, екскурсійно-туристські заходи, анімаційні програми

Необхідно зауважити, що всі представлені види фізичної рекреації можуть бути забезпечені організаціями, які мають різні форми власності, але єдину нормативно-правову базу (наявність ліцензії) для організації та проведення рекреаційної діяльності населення:

1. Державна форма, яка реалізується в організаціях та установах, які фінансуються й контролюються органами державної влади – освіта, охорона здоров'я.
2. Суспільна форма, яка реалізується у різноманітних громадських організаціях та установах – федерації, асоціації, спілки та ін.
3. Приватна форма – приватні оздоровчі центри, клуби, школи та ін.

Рекреаційна діяльність з використанням нових видів потребує ретельного контролю за фізичним та психоемоційним станом рекреантів.

Висновки. Отже у теперішній час еволюція рекреаційної діяльності обумовлює наявність наступних тенденцій:

· зростання значення оздоровчо-креативних, спортивно-рекреативних та пізнавально-рекреативних занять;

· відносне зниження значення лікувально-рекреативних заходів;

· виникнення нових засобів і видів рекреаційної діяльності (боулінг, пейнтбол, бейстджампінг, паркур, кайтинг та ін.).

Список літератури:

1. Андрєєва О.В. Фізична рекреація різних груп населення: [монографія] / О.В. Андрєєва. – К.: ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. – 280 с.
2. Андрєєва О.В. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення: автореф. дис. ... доктора наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / О.В. Андрєєва. – Київ, 2014. – 48 с.
3. Бердус М.Г. Формирование теории физической рекреации в контексте основ ее метатеории: дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук: 13.00.04 / М.Г. Бердус. – М.: РГБ, 2003. – 215 с.
4. Булатова М.М. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні / М.М. Булатова, Ю.А. Усачов // Теорія і методика фіз. виховання; за ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімп. л-ра, 2008. – Т. 2. – С. 320-354.
5. Виноградов Г.П. Единое рекреационное пространство / Г.П. Виноградов, Л.А. Калинкин // Теория и практика физ. культуры. – 2001. – № 5. – С. 56-57.
6. Выдрин В.М. Физическая рекреация – вид физической культуры (истор.-теорет. анализ предмета исследования) / В.М. Выдрин // Культура физическая и здоровье. – 2004. – № 2. – С. 18-21.
7. Дутчак М. «Спорт для всіх» у країнах з високим рівнем охоплення населення організованою руховою активністю / М. Дутчак // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – № 3. – С. 47-58.
8. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія і практика / М.В. Дутчак. – К.: Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
9. Евстафьев Б.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры. – Л.: ВИФК, 1985. – 118 с.
10. Круцевич Т.Ю. Рекреація у фізичному вихованні різних груп населення / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2010. – 200 с.
11. Круцевич Т.Ю. Історія розвитку фізичної рекреації / Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, С.Б. Пангелов. – К.: Академвидав, 2013. – 159 с.
12. Москаленко Н. Проектування концепції інноваційних програм фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх навчальних закладах / Н. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2011. – № 2. – С. 12-17.
13. Пангелов С.Б. Організаційно-методичні передумови виникнення і розвитку фізичної рекреації як форми активного дозвілля людини: автореф. дис. ... канд. наук з фіз.вих. і спорту: 24.00.02 / С.Б. Пангелов. – Дніпропетровськ, 2012. – 20 с.
14. Пономарев Н.И. О теории физической культуры как науке / Н.И. Пономарев // Теория и практика физ. культуры. – 1994. – № 4. – С. 49-53.
15. Фізична рекреація: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту / Є.Н. Приступа, О.М. Жданова, М.М. Линець [та ін.]; за наук. ред. Євгена Приступи. – Л.: ЛДУФК, 2010. – 447 с.
16. Харитонов А.В. Формирование и проявление отношения военнослужащих к физической рекреации: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. психолог. наук / А.В. Харитонов. – СПб., 1998. – 15 с.
17. Якобсон М.А. Ориентация понятий «спорт», «физическая рекреация» в системе социологических понятий / М.А. Якобсон. – Минск: Полымя, 1971. – С. 228-237.

Пангелова Н.Е., Пангелов Б.П.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В РАЗВИТИИ РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ УКРАИНЫ

Аннотация
В статье представлен анализ современных тенденций в развитии рекреационной деятельности населения Украины, которыми являются: рост значения оздоровительно-рекреативных, спортивно-рекреативных и познавательно-рекреативных занятий; относительное снижение значения лечебно-рекреативных мероприятий; возникновенияе новых средств и видов рекреационной деятельности (боулинг, пейнтбол, бестджампинг, паркур, кайтинг и др.). Распространение новых видов рекреационной деятельности способствуют реализации ее отдельных аспектов.
Ключевые слова: новые виды, рекреационная деятельность, современные тенденции.

Panhelova N.E., Panhelov B.P.
SHEI "Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University"

MODERN TRENDS IN THE DEVELOPMENT OF THE RECREATIONAL ACTIVITY OF THE POPULATION IN UKRAINE

Summary
The article presents an analysis of the current trends in the development of recreational activities of the population of Ukraine, which are: the increasing importance of recreational, sport and recreational, cognitive and recreational classes; a relative decrease in the value of therapeutic and recreational activities; the emergence of new means and types of recreational activities (bowling, paintball, best-jamping, parkour, kiteing, etc.). The distribution of new types of recreational activities contributes to the implementation of its individual aspects.
Keywords: new species, recreational activities, modern trends.

УДК 796.011.3–053.6

РОЗРОБКА СУЧАСНИХ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДІ

Потужній О.В., Постернак І.В.
ДВНЗ«Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

У зарубіжній і вітчизняній практиці фізичного виховання останні роки терміном «оздоровчий фітнес» позначається сукупність різних видів рухової активності, які сприяють підвищенню фізичного стану тих, хто займається. Раціональне застосування доступних та ефективних засобів фітнесу, які мають вибірковий характер впливу на організм багато у чому забезпечує досягнення мети фізичного виховання молоді – сприяння підготовці гармонійно розвинених висококваліфікованих фахівців з урахуванням конкретних вимог щодо їх професійної психофізичної компетентності. На підставі аналізу літератури, сучасних науково-методичних знань і результатів практичного досвіду представлений аналіз закономірностей, що визначають формування фітнес-технологій. Виявлені наявні класифікації фітнес-програм, розкрито їх зміст. Показані напрямки, що визначають процес створення нових фітнес-технологій.
Ключові слова: фітнес-технології, фізичне виховання, молодь, реабілітація, класифікація фітнес-технологій.

Постановка проблеми. Принципи оздоровчої спрямованості фізичного виховання конкретизується у фізкультурно-оздоровчих технологіях, що інтенсивно розвиваються. При цьому під фізкультурно-оздоровчою технологією розуміють не тільки сам процес використання засобів фізичного виховання з метою оздоровлення, але й наукову дисципліну, котра розробляє і вдосконалює основи методики побудови фізкультурно-оздоровчого процесу.

Практичним проявом фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні є різні фітнес-програми, які складають основний зміст діяльності фізкультурно-оздоровчих груп (ФОГ), створених на базі фізкультурно-спортивних організацій.

© Потужній О.В., Постернак І.В., 2019

Однак у сучасній навчально-методичній літературі питання змісту фітнес-програм висвітлено недостатньо.

Мета дослідження – проаналізувати та систематизувати дані науково-методичної літератури та зарубіжного досвіду з проблем розробки сучасних фітнес-технологій.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури та світової мережі Інтернет; синтез та узагальнення світового досвіду.

Результати дослідження та їх обговорення. Фітнес-програми, передусім, мають оздоровчий (Health related fitness), а тоді вже – спортивно орієнтований (Performance related or skill fitness) або руховий характер.

Фітнес-програми можуть бути класифіковані на програми, які ґрунтуються на: а) одному виді рухової активності, наприклад, аеробіці, оздоровчому бігу, плаванні тощо; б) поєднанні кількох видів рухової активності (наприклад, аеробіки та бодібілдингу; аеробіки та стретчингу, оздоровчого плавання та силової підготовки тощо); в) поєднанні одного або кількох видів рухової активності та різних чинників здорового способу життя, наприклад, аеробіки та загартування; бодібілдингу та масажу; оздоровчому плаванні та SPA тощо [1, с. 27; 2, с. 49; 4, с. 178].

У свою чергу, фітнес-програми, основані на одному виді рухової активності, можуть бути поділені на програми, в основу котрих покладено:

· види рухової активності аеробної спрямованості;
· оздоровчі види гімнастики;
· види рухової активності силової спрямованості;
· види рухової активності у воді;
· засоби психоемоційної регуляції.

Окрім того, можна відмітити інтегративні, узагальнені фітнес-програми, орієнтовані на спеціальні групи населення. Ці програми включають певні частини названих програм:

· програми для дітей;
· програми для літніх людей;
· програми для вагітних;
· програми для осіб з високим ризиком захворювань або таких, які мають захворювання;
· програми для корекції маси тіла.

Така різноманітність фітнес-програм визначається намаганням задовольнити різні фізкультурно-спортивні та оздоровчі інтереси широких верств населення. Ураховуючи те що до змісту поняття «фітнес» входять багаточинникові компоненти – планування життєвої кар'єри, гігієна тіла, фізична підготовленість, раціональне харчування, профілактика захворювань, сексуальна активність, психоемоційна регуляція, у тому числі боротьба зі стресами та інші чинники здорового способу життя, кількість можливих фітнес-програм практично не обмежене [2, с. 51; 5, с. 92].

Структура та зміст фітнес-програм. Різноманітність фітнес-програм не повинна пов'язуватися з довільністю їхньої побудови, при цьому важливо усвідомлювати, що фітнес-програми побудовані на видах рухової активності, закономірності застосування котрих підпорядковуються основним принципам теорії та методики фізичного виховання. Якою б оригінальною не була б та чи інша фітнес-програма, у її структурі виділяють такі частини (компоненти):

· розминка;
· серцево-судинний та дихальний компоненти (частина програми, орієнтована на розвиток аеробної продуктивності);
· компонент розвитку сили та силової витривалості;
· компонент розвитку гнучкості (стретчингу);
· заключна частина (має також вузькопрофесійну назву – «заминка»).

Слід відмітити, що наведена узагальнена структура фітнес-програми може піддаватися змінам залежно від цільової спрямованості занять, рівня фізичного стану того, хто займається, та інших чинників. Наприклад, у фітнес-програмах, основаних на оздоровчих видах гімнастики, розрізняють 8 компонентів, або блоків:

· підвідний, спрямований на підготовку організму до занять;
· аеробний, спрямований на розвиток серцевосудинної та дихальної систем організму;
· танцювально-хореографічний, спрямований на реалізацію естетичних мотивів та на розвиток координаційних здатностей;
· динамічний, спрямований на корекцію статури тіла та оснований на вправах силового характеру;
· профілактичний, спрямований на профілактику різних захворювань;
· додатковий, спрямований на розвиток спритності, гнучкості, вестибулярної стійкості;
· довільний, спрямований на розвиток музично-ритмічних здатностей;
· релаксаційний, спрямований на відновлення після занять, зняття напруження та на розслаблення [7, с. 6–7].

Скринінг стану здоров'я є обов'язково частиною будь-якої фітнес-програми. Його проводять перед початком занять незалежно від віку тих, хто займається. Процедура скринінгу має бути простою, такою, що легко виконується, і не дуже інтенсивного. Для того щоб скоротити кількість непотрібних звертань до лікарів та уникнути невиправних заборон займатися руховою активністю, застосовуються спеціальні анкети [5, с. 92; 7, с. 8].

Анкета оцінки стану застосовується для виявлення осіб з потенційним ризиком захворювань, а також для правильної рекомендації фізичних вправ. Інформація, що міститься в анкеті, дозволяє інструктору з фітнесу більш ефективно задовольняти індивідуальні потреби [1, с. 28].

Оцінка фізичного стану людини є невід'ємним компонентом фітнес-програм.

Оцінюються основні складові оздоровчого фітнесу: склад тіла, кардіореспіраторна витривалість, м'язова сила та витривалість м'язів, гнучкість [1, с. 27; 3, с. 63].

Таким чином, планування ефективних, безпечних та цілеспрямованих занять потребує глибоких знань із фізіології рухової активності, на основі котрих застосування відповідних навантажень веде до досягнення поставленої мети.

Закономірності формування фітнес-програм. Під час розробки нових фітнес-програм необхідний такий алгоритм дій.

1. Ураховувати фізкультурно-оздоровчі та рекреативні інтереси широких верств населення.

2. Сполучати фізичні вправи з чинниками здорового способу життя (харчування, загартування,

психоемоційна регуляція та ін.) для досягнення оздоровчого та профілактичного характеру занять.

3. Не застосовувати максимальних фізичних навантажень, що призводять до втрати інтересу до занять.

4. Суворо індивідуалізувати фізичні навантаження, орієнтуючись на результати всебічної діагностики рівня фізичного стану людини.

5. Втілювати додаткові чинники досягнення оздоровчого ефекту занять (тренажерні пристрої, спеціальне харчування, комп'ютерні технології управління навантаженнями, фізіотерапевтичні процедури тощо).

6. Забезпечувати максимальну комфортність умов занять (роздягальні, душові, фітобари, сауни тощо).

7. Намагатися до індивідуалізації організаційних форм проведення занять, що пов'язане зі зростанням потреби у персональних фітнес-заняттях.

Основними чинниками, що визначають створення нових фітнес-програм, є:

· результати наукових досліджень проблем рухової активності;

· поява нового спортивного інвентарю та обладнання (степ-платформи; слайди – слайд-аеробіка; тренажери тощо);

· ініціатива та творчий пошук професіоналів фітнесу.

Розробка фітнес-програм є одним із основних джерел доходів сучасної фітнес-індустрії. Створення нових фітнес-програм супроводжується продуманою маркетинговою політикою і пов'язане не тільки з публікацією методичних посібників та рекомендацій, але й з широкою рекламою розробленого інвентарю, обладнання, виданням аудіо та відеопродукції; а також проведенням освітніх семінарів та курсів інструкторів оздоровчого фітнесу [7, с. 10; 8, с. 252]. Серед провідних організацій, що активно розробляють сучасні фітнес-програми, можна виокремити такі:

1. Міжнародні фізкультурно-оздоровчі організації. Наприклад, Міжнародна асоціація оздоровчих, тенісних та спортивних клубів (IHRSA), Міжнародна асоціація рухової активності та танців (IDEA) та інші у структурі своїх організацій створили спеціалізовані підрозділи, що займаються розробкою та втіленням передових фітнес-програм.

2. Науково-дослідні організації. В Україні розробкою фізкультурно-оздоровчих програм протягом ряду років займався Київський науково-дослідний інститут медичних проблем фізичної культури (І.В. Муравов, С.А. Душанін, Л.Я. Іващенко, Г.Л. Апанасенко та ін.). До числа провідних науково-дослідних центрів з розробки фітнес-програм у зарубіжних країнах відносяться Інститут аеробних досліджень К. Купера у США (Аеробний центр Купера), науковий центр Університету Урхо Калева Кекконена (Фінляндія).

3. Фірми-виробники спортивного інвентарю та обладнання. Розробка фітнес-програм є складовою частиною маркетингової політики з просування власної продукції на ринку фітнес-послуг таких найбільших виробників спортивних товарів, як «Reebok», «Speedo», «Cybex», «Technogym The Wellness Company», «Nike», «Life Fitness», «Schwinn Cycling & Fitness», «STEP Company», «Stair Master».

Наприклад, фірма «Speedo», раніше спеціалізувалася виключно на випуску плавальних костюмів за умов розвитку фітнес-індустрії освоїли випуск різного обладнання для занять аквафітнесом. Так, цією компанією виготовляються спеціальні підтримуючі засоби, що дають змогу використовувати сприятливі умови оздоровчих занять у воді особам, які навіть не вміють плавати (акваджоггінг – біг підтюпцем у воді).

Не менш відомий виробник спортивної форми фірма «Reebok» створила у своїй структурі спеціалізовану освітню установу – «Університет «Reebok», метою діяльності котрого є розробка фітнес-програм занять та підготовка фахівців із фітнесу.

Фірма «Technogym The Wellness Company» також активно розвиває технологічний ланцюжок: науковий пошук – створення тренажерних пристроїв, розробка фітнес-програм, навчання та підготовка фахівців з фітнесу.

4. Фітнес-компанії, що працюють за передовими технологіями – «Gold Gym», «Планета Фітнес» та ін. Наприклад, у компанії «Планета Фітнес» при створеній «Академії Фітнесу» активно працює підрозділ «Нові технології», що займається розробкою нових фітнес-програм. Так, співробітниками цього підрозділу розроблено фітнеспрограму кардіо інтенсивність кондиція (КІК), котра дозволяє поєднувати вправи зі скакалкою та силові.

Багаторічний досвід розробки та втілення фітнес-програм дозволяє сформувати **загальні рекомендації** щодо їхньої реалізації:

1. Фітнес-програма має сприяти формуванню у тих, хто займаються, усвідомленого ставлення до участі у ній.

2. Комплекси вправ мають складатися для певних груп населення з урахуванням їхньої підготовленості та бути доступними. Бажано ураховувати специфіку виконуваної людиною роботи протягом робочого дня. Під час розробки програми слід пропонувати такі послуги, у котрих мають потребу люди, а не ті, що ви просто можете запропонувати.

3. Складаючи фітнес-програму занять, слід виходити з конкретної мети, котру перед ними ставлять: активний відпочинок, підвищення рівня фізичної підготовленості, зниження маси тіла, профілактика будь-якого захворювання тощо.

4. Фітнес-програма має бути націленою на отримання задоволення та радості від занять, а не на цифри залучення населення. На перше місце ставлять бажання та потреби людей.

5. Фітнес-програма має передбачати оцінку стану здоров'я та рівня фізичної підготовленості тих, хто займається. Тестування має бути систематичним, через певні проміжки часу, оскільки це сприяє підтриманню інтересу до програми.

6. Фітнес-програма має допомагати позитивному спілкуванню людей один з одним.

7. Перш ніж почати здійснення фітнес-програми, необхідно забезпечити безпечні умови для занять, звернувши особливу увагу на рівень медичного обслуговування.

Висновки і пропозиції. Фітнес-програма, як рухова активність, спеціально організована у рамках групових або індивідуальних (персональних) занять, може мати як оздоровчу мету (досягнення та підтримка оптимальної фізичної підготовленості, зниження чинників ризику розвитку захворювань), так і мету, пов'язану з розвитком здатностей до вирішення рухових та спортивних завдань на досить високому рівні.

Доступні та ефективні форми рухової активності, які спеціально організовані в рамках програм занять оздоровчим фітнесом особливо потрібні з урахуванням негативних тенденцій у стані здоров'я молоді. У зв'язку з цим, перспективним напрямком подальших досліджень є обґрунтування і розробка раціональних фізичних навантажень в оздоровчому фітнесі з метою покращення функцій різних систем організму, підвищення його адаптації до несприятливих факторів зовнішньої середи.

Список літератури:

1. Благій О. Рухова активність як фактор формування здорового способу життя учнівської молоді / О. Благій, О. Андрєєва // Актуал. пробл. фіз. виховання, реабілітації, спорту та туризму: тези доп. III Між- нар. наук.-практ. конф. 13-14 жовтня 2011 р. / за ред. В.М. Огаренко та ін. – Запоріжжя КПУ, 2011. – С. 27–28.
2. Дутчак М. «Спорт для всіх» у країнах з високим рівнем охоплення населення організованою руховою активністю / М.В. Дутчак // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – С. 47–58.
3. Кібальник О.Я. Оздоровчі технології для підвищенні рухової активності підлітків / О. Я. Кібальник // Теорія та методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – № 4. – С. 63–66.
4. Круцевич Т.Ю. Проблеми організації рекреаційно-оздоровчих занять в структурі дозвіллєвої діяльності студентської молоді / Т.Ю. Круцевич, О.В. Андрєєва, О.Л. Благій //Гуманіт. вісн. ДВНЗ «Переяс- лав-Хмельницький ДПУ ім. Григорія Сковороди»: наук.-теор. зб. – Переяслав-Хмельницький: ПП «СКД», 2012. – С. 178–180.
5. Левицкий В.В. Методология подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре // Наука в олимп. спорте: Спец. вып. ГНИИФК. – 2000. – С. 89–96.
6. Основы персональной тренировки / под ред. Роджера В. Эрла, Томаса Р. Бехля; пер. с англ. И. Андреев. – К.: Олимп. лит., 2012. – 724 с.
7. Сайкина Е.Г. Семантические аспекты отдельных понятий в области фитнеса / Е.Г. Сайкина, Г.Н. Пономарев // Теория и практика физ. культуры. – 2011. – № 8. – С. 6–10.
8. Howley E.T. Fitness Professional's Handbook / Howley E.T., Don Franks B.; fifth edition. – Human Kinetics, 2007. – 496 pp.

Потужний А.В., Постэрнак И.В.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

РАЗРАБОТКА СОВРЕМЕННЫХ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЕЖИ

Аннотация
В зарубежной и отечественной практике физического воспитания последние годы термином «оздоровительный фитнес» обозначается совокупность различных видов двигательной активности, которые способствуют повышению физического состояния тех, кто занимается. Рациональное применение доступных и эффективных средств фитнеса, которые имеют избирательный характер воздействия на организм во многом обеспечивает достижение цели физического воспитания молодежи – содействие подготовке гармонично развитых высококвалифицированных специалистов с учетом конкретных требований по их профессиональной психофизической компетентности. На основании анализа литературы, современных научно-методических знаний и результатов практического опыта представлен анализ закономерностей, определяющих формирование фитнес-технологий. Разработана классификация фитнес-программ, раскрыто их содержание. Показаны направления, определяющие процесс создания новых фитнес-технологий.
Ключевые слова: фитнес-технологии, физическое воспитание, палестинская молодежь, реабилитация, классификация фитнес-технологий.

Potuzhniy A.V., Posternak I.V.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

DEVELOPMENT OF MODERN FITNESS TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION OF YOUNG PEOPLE

Summary
In foreign and domestic practice of physical education in recent years, the term "health fitness" refers to a set of different types of motor activity, which contribute to increasing the physical state of those engaged. The rational use of affordable and effective fitness means that have a selective effect on the body in many respects ensures the achievement of the goal of physical education for youth – the promotion of the preparation of harmoniously developed highly skilled specialists, taking into account specific requirements regarding their professional psychophysical competence. The article is based on the analysis of literature, modern scientific and methodological knowledge and practical experience of the results of an analysis of the laws governing the formation of fitness technology. The classification of fitness programs , disclosure of their contents . Showing the direction of defining the process of creating new fitness technologies.
Keywords: fitness technologies, physical education, palestine's youth, fitness technologies' classification, rehabilitation.

УДК 796.035-057.874

МІСЦЕ І ЗНАЧЕННЯ НОВИХ ВИДІВ ФІТНЕС-ПРОГРАМ В ОПТИМІЗАЦІЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ

Троценко Т.Ю., Троценко Д.В.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

На сучасному етапі розвитку суспільства важливою проблемою є зміцнення і збереження здоров'я населення. Особливу тривогу викликає погіршення здоров'я дітей шкільного віку. В теорії та практиці фізичного виховання існують всі необхідні теоретичні, нормативні та інші передумови для широкого залучення дітей шкільного віку до занять багатьма видами аеробіки, зокрема скіпінгом. Регулярні заняття аеробікою значно покращують стан серцево-судинної системи, кровопостачання в м'язах, суглобах, інтенсивно впливають на органи травлення, прискорюють процеси обміну речовин та дозволяють значно покращити рівень рухової активності школярів. Проведений теоретичний аналіз та узагальнення даних спеціальної літератури свідчать, що нові види фітнес-програм покликані урізноманітнити уроки з фізичної культури в школі, зробити їх цікавими, доступними та емоційно привабливими.
Ключові слова: школярі, інноваційні технології, рухова активність, роуп-скіпінг.

Постановка проблеми. Останнім часом в Україні спостерігається стійка тенденція до погіршення стану здоров'я населення, зокрема школярів. Сприяти виходу із ситуації, що склалася,зможе впровадження на уроках фізичної культури нових, нетрадиційних засобів і методів фізичного виховання.

Одним із нових напрямів фізичного виховання є аеробіка. Заняття аеробікою здійснюють позитивний вплив на всі внутрішні органи і системи людини, дозволяючи значно зміцнити здоров'я, підвищити імунітет, розвинути рухові здібності та водночас є безпечними для здоров'я.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз літературних джерел та освітньої практики свідчить про те, що в сучасній теорії та методиці фізичного виховання недостатньо розроблені наукові засади оптимізації використання сучасних привабливих, високоефективних, спортивних та фізкультурно-оздоровчих технологій. З-поміж засобів, що підвищують мотивацію до занять фізичною культурою школярів, багато спеціалістів рекомендують використовувати вправи сучасних форм оздоровчо-кондиційної спрямованості: ритмічну гімнастику, скіпінг, шейпінг, аеробіку, фітнес, йогу та ін. Зокрема, дослідження низки фахівців присвячені особливостям використання різних видів оздоровчої аеробіки в навчальному процесі. Розглядом даних питань займались: Г. Глоба [4] (фізичне виховання школярів з використанням аеробних технологій); О. Кібальник [5] (підвищення рухової активності підлітків засобами фітнес-технологій); Д. Пятницька [6] (розвиток фізичних здібностей засобами аеробіки); Т. Ротерс [7], Е. Сайкіна [8] (застосування ритмічної гімнастики на уроках фізичної культури); О. Соколова [9] (використання засобів степ-аеробіки в системі занять); О. Фоменко [10] (використання нетрадиційних видів гімнастики) та інші.

Незважаючи на чисельні наукові дослідження, актуальною залишається проблема обґрунтування і пошуку новітніх й ефективних видів фітнес-технологій, які б могли урізноманітнити зміст програм з фізичного виховання, та більш ефективно впливати на розв'язання проблеми оптимізації рухової активності школярів.

Мета статті – виявити проблеми і обґрунтувати підходи щодо можливості впровадження нових видів фітнес-програм в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перспективним кроком у вирішенні цієї проблеми є використання у процесі фізичного виховання школярів популярних видів рухової активності, залучення учнів до занять, які можна проводити в різноманітних організаційних формах, і які можуть мати певні переваги у досягненні оздоровчої мети, а також використання нових, сучасних видів рухової діяльності, які будуть спонукати учнів до занять фізичними вправами. Один з найбільш популярних та доступних видів оздоровчих занять є аеробіка.

На сьогоднішній день існує більше 200 різновидів аеробіки, які відрізняються своєю динамічністю та складністю. Основні принципи аеробних тренувань незмінні – це циклічно повторювальні рухи, швидкий темп і правильне дихання. Саме різноманітність, постійне оновлення логічно вибудуваних, науково обґрунтованих програм, високий емоційний фон занять, завдяки музичному супроводу, дозволяють протягом вже двох десятиліть утримувати високий рейтинг аеробіки серед інших видів оздоровчої фізичної культури.

Аеробіка (від грец. «аего» – повітря і «bios» – життя) – це спеціально розроблений комплекс загальнорозвивальних фізичних вправ (ходьба, біг, стрибки та ін.), що поєднує в собі дихальні вправи з рухами тіла які виконуються під музику. Основною метою занять аеробікою є не тільки розвиток певних фізичних якостей в учнів, але і можливість зробити заняття цікавими, привабливими і доступними. Заняття аеробікою обов'язково супроводжуються бадьорою, ритмічною музикою, яка створює у дітей гарний настрій. При цьому потрібно враховувати психологічні особливості школярів, рівень їх фізичної підготовленості та інтереси.

Заняття аеробікою також привертають увагу школярів своєю емоційністю і злагодженістю, дозволяють виключити монотонність у виконанні рухів, сприяють розвитку рухових вмінь, фізичних і естетичних якостей, зміцненню здоров'я. Базовими вправами в аеробіці є різновиди кроків, бігу, під-

© Троценко Т.Ю., Троценко Д.В., 2019

скоки, стрибки, махи ногами, випади, нахили. Використання цих вправ у поєднанні з пересуваннями забезпечує різноманітний вплив на організм [3].

Використання оздоровчої аеробіки, зокрема роуп-скіпінгу,на уроках фізичної культури в школі надає їм нового емоційного забарвлення, сприяє їх пожвавленню, підвищує інтерес учнів до занять.

Термін «скіпінг» або «роуп-скіпінг» прийшов з англійської мови (від англ. skipping, rope-skipping) – це вправа, яка виконується за допомогою стрибків через скакалку. Правильніше вживати другий термін, перша складова якого («роуп») позначає мотузку, тобто скакалку. Однак, слідуючи тенденції спрощення, слово скоротилося до «скіпінг».

Скіпінг – один з популярних засобів рухової активності, до якої входять традиційні стрибки та складні їх комбінації, акробатичні елементи, танцювальні елементи з однією чи двома скакалками, які виконують індивідуально або в групах. Скіпінг сприяє розвитку особистості, загальному оздоровленню організму, укріпленню м'язів, знижує вагу. Якщо його порівняти з бігом, ходьбою, їздою на велосипеді, то цей вид, є одним із розповсюджених у світі циклічних вправ [2].

Скіпінг має свої особливості:

– комплексний вплив на організм, тобто одночасний розвиток основних рухових здібностей (швидкісно-силових, витривалості, координаційних здібностей) і функцій організму (опорно-рухової, серцево-судинної, дихальної);

– велика емоційність занять. Цей фактор дозволяє виплеснути емоції, зняти напругу.

Скіпінг, як вид рухової активності,є перспективним і має ряд переваг: доступність для різних соціальних верств суспільства незалежно від їх матеріального стану; легкість використання вправ кожною людиною, починаючи з 5-6 років і до зрілого віку (самостійно або під керівництвом тренера) для зміцнення та підтримки свого фізичного стану, розвитку фізичних якостей; наявність невибагливого, дешевого інвентарю (скакалка), який завжди під рукою та зручний в транспортуванні; можливість займатися у будь-якому місці, де є вільний простір розміром 3 м в довжину, 2 м завширшки і 2,5 м у висоту. Елементи вправ зі скіпінгу використовують для багатьох популярних видів спорту і в першу чергу – олімпійських [6].

При освоєнні техніки роботи зі скакалкою необхідно дотримуватися принципу послідовності, від простих рухових дій до більш складних. Регулярне, планомірне навантаження на стопи, при правильному м'якому приземленні – відмінна профілактика плоскостопості, не кажучи вже про зміцнення всього опорно-рухового апарату. Розгорнуті під час стрибків плечі і відведені в сторони руки допомагають не тільки виробити правильну поставу, але і гарантують максимальний приплив повітря в легені, розвиваючи дихальну функцію організму.

У скіпінгу розрізняють 8 цільових компонентів або блоків: підвідний (підготовка організму, який займається, до стрибків); аеробний (розвиток серцево-судинної і дихальної систем організму); танцювально-хореографічний (реалізація естетичних мотивів і установок, розвиток координаційних здібностей); коригувальний (корекція фігури тіла і вправи силового характеру); профілактичний (профілактика різних захворювань); додатковий (розвиток спритності, гнучкості, вестибулярної стійкості); довільний (розвиток музично-ритмічних здібностей); релаксаційний (відновлення після занять, зняття напруги і розслаблення).

Наведена узагальнена структура заняття скіпінгом може змінюватися в залежності від цільової спрямованості, рівня фізичного стану та інших чинників.

Стрибки через скакалку зміцнюють серцево-судинну й дихальну системи, сприяють розвитку сили і витривалості м'язів ніг (біг сприяє лише розвитку витривалості цих же груп м'язів). Стрибки через скакалку також сприяють поліпшенню граціозності та координації рухів. З метою забезпечення поступового збільшення навантаження, потрібно орієнтуватися на індивідуальні особливості організму школярів та скласти індивідуальну програму тренувань.

Висновки з даного дослідження і перспективи. Проведений теоретичний аналіз та узагальнення даних спеціальної літератури свідчать, що нові види фітнес-програм покликані урізноманітнити уроки з фізичної культури в школі, зробити їх цікавими, доступними та емоційно привабливими.

В теорії та практиці фізичного виховання існують всі необхідні теоретичні, нормативні та інші передумови для широкого залучення дітей шкільного віку до занять багатьма видами аеробіки, зокрема скіпінгом. Регулярні заняття аеробікою значно покращують стан серцево-судинної системи, кровопостачання в м'язах, суглобах, інтенсивно впливають на органи травлення, прискорюють процеси обміну речовин та дозволяють значно покращити рівень рухової активності школярів.

Список літератури:

1. Беспутчик В.Г. Аэробика в физическом воспитании школьника / В.Г. Беспутчик. – Минск: БГПИ, 1995. – 58 с.
2. Бойко В.В. Скиппинг как форма физической рекреации (rope-skipping) : [метод. указания по проведению практических занятий] / В.В. Бойко. – Орел: ФГБОУ ВПО «Госуниверситет – УНПК», 2011. – Ч. 1. – 52 с.
3. Воєнчук М. Нетрадиційні види рухової активності. Структура і загальні методичні положення // Конструктивні підходи в забезпеченні навчально-виховного процесу фізичного виховання різних ланок освіти: матер. міжнар. наук.-практ. конф / М. Воєнчук. – Полтава: ПДПУ, 2004. – С. 10-14.
4. Глоба Г.В. Інноваційна система фізичного виховання школярів з використанням аеробних технологій: автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. наук із фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Г.В. Глоба. – Харків, 2007. – 22 с.
5. Кібальник О.Я. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук із фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О.Я. Кібальник. – Львів, 2008. – 18 с.

6. Пятницька Д.В. Розвиток фізичних здібностей студенток вищих навчальних закладів засобами аеробіки: дис. ... канд. пед наук 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) / Д.В. Пятницька. – Харків, 2017. – С. 243.
7. Ротерс Т. Результати музично-ритмічного розвитку школярів у процесі фізичного виховання / Т. Ротерс // Спортивний вісник Придніпров'я, 2006. – № 2. – С. 58-60.
8. Сайкина Е.Г. Применение танцевально-ритмической гимнастики на уроках физической культуры у старшеклассниц: автореферат дис. ... канд. пед. наук / Е.Г. Сайкина. – СПб., 1997. – 23 с.
9. Соколова О.В. Ефективність використання засобів степ-аеробіки в системі занять з фізичного виховання студентів 18-19 років : автореф. дис. ... канд. наук фіз. вих. : 24.00.02 / О.В. Соколова. – 2011. – 20 с.
10. Фоменко О.В. Методика використання оздоровчих технологій у процесі позааудиторних занять з нетрадиційних видів гімнастики : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Олена Валеріївна Фоменко. – Харків, 2014. – 190 с.

Троценко Т.Ю., Троценко Д.В.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

МЕСТО И ЗНАЧЕНИЕ НОВЫХ ВИДОВ ФИТНЕС-ПРОГРАММ В ОПТИМИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация
На современном этапе развития общества важной проблемой является укрепление и сохранение здоровья населения. Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья детей школьного возраста. В теории и практике физического воспитания существуют все необходимые теоретические, нормативные и другие предпосылки для широкого привлечения детей школьного возраста к занятиям многими видами аэробики, в частности скиппингом. Регулярные занятия аэробикой значительно улучшают состояние сердечно-сосудистой системы, кровоснабжения в мышцах, суставах, интенсивно воздействуют на органы пищеварения, ускоряют процессы обмена веществ и позволяют значительно улучшить уровень двигательной активности школьников. Проведенный теоретический анализ и обобщение данных специальной литературы свидетельствуют, что новые виды фитнес-программ призваны разнообразить уроки по физической культуре в школе, сделать их интересными, доступными и эмоционально привлекательными.
Ключевые слова: школьники, инновационные технологии, роуп-скиппинг.

Trotsenko T.Yu., Trotsenko D.V.
SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

PLACE AND IMPORTANCE OF NEW KINDS OF FITNESS PROGRAMS IN OPTIMIZATION OF MUSCULAR ACTIVITY OF SCHOOLCHILDREN

Summary
At the present stage of development of society, the strengthening and preservation of public health is an important problem. Particular concern is the deterioration of the health of school-age children. In the theory and practice of physical education, there are all the necessary theoretical, programmatic and other prerequisites for the broad involvement of school-age children in the pursuit of many kinds of aerobics, including skipping. Regular aerobic exercises significantly improve the state of the cardiovascular system, blood supply to the muscles, joints, intensively affect the digestive system, accelerate metabolic processes and significantly improve the level of motor activity of schoolchildren. The theoretical analysis and generalizing the data of special literature prove, that new kinds of fitness-program aim to diversify the lessons of physical culture in school, to make them interesting, available and emotionally attractive.
Keywords: schoolchildren, innovation technologies, motor activity, rope-skipping.

РОЗДІЛ 5 ОЛІМПІЙСЬКИЙ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

УДК [061:338.48:796.5](075.8)

О КОРРЕКТНОСТИ ПРИСВОЕНИЯ ЗВАНИЯ «ИНСТРУКТОР-ТРЕНЕР»

Абрамов В.В.
Харьковский национальный университет городского хозяйства имени А.Н. Бекетова

Гринева Т.И.
Харьковская государственная академия физической культуры

Статья затрагивает вопрос о правомерности присутствия категории «тренер спортивного туризма» в системе подготовки общественных туристских кадров Федерации спортивного туризма Украины и легитимности учебных планов и программ по подготовке других категорий туристского актива. В статье рассмотрены исторические аспекты подготовки общественных кадров в спортивном туризме, проанализированы Положения о системе подготовки кадров спортивного туризма, утвержденные в разные года, и выделены спорные моменты на сегодняшний день.

Ключевые слова: инструктор, тренер, федерация спортивного туризма, подготовка кадров, спортивный туризм.

До 2002 года в отечественном спортивном туризме в системе подготовки общественных туристских кадров присутствовала такая категория туристского актива как инструктор туризма. Наличие этого звания до 1992 года позволяло работать на туристских базах и в туристских гостиницах системы профсоюзов в качестве инструкторов для обслуживания туристов на спортивно-оздоровительных маршрутах областных, республиканских и всесоюзного уровней. Маршруты, как правило, соответствовали нормативам на значок «Турист СССР», а также I и II категории сложности в зависимости от расположения турбазы или тургостиницы в конкретном физико-географическом районе. По видам туризма в основном это были пешеходные, водные, горные, велосипедные, лыжные и конные маршруты. Кроме того, звание инструктора туризма давало возможность руководить секцией туризма в КФК и СК заводов, фабрик, предприятий, организаций и учебных заведений всех уровней. Финансирование работы секций и клубов туризма осуществлялось за счет профсоюзного бюджета завкомов и профкомов, а также добровольно-спортивных обществ профсоюзов (в Украине ДСО «Авангард», «Спартак», «Зенит», СДСО «Буревестник», ДСО «Колос», «Локомотив», «Трудовые резервы»). За развитие самодеятельного спортивного и спортивно-оздоровительного туризма в стране отвечал Центральный совет по туризму и экскурсиям (ЦСТЭ) и подотчетные ему краевые, республиканские, областные и городские советы по туризму и экскурсиям. Вся эта централизованная система управления туризма подчинялась Всесоюзному Центральному Совету Профессиональных союзов (ВЦСПС), который отвечал за развитие социального туризма перед государством.

С распадом СССР эта система прекратила свое существование, а профсоюзные организации на местах, ввиду сложного социально-экономического положения, прекратили финансирование развития спортивно-оздоровительного туризма. Таким образом, с 1992 года вся тяжесть за развитие спортивного и спортивно-оздоровительного туризма легла на туристские самодеятельные организации такие как секции туризма, клубы туристов, федерацию туризма, туристско-спортивный союз и ассоциацию одного из видов туризма. Ответственность за развитие спортивного туризма взяла на себя Федерация спортивного туризма Украины. До 2002 года обучение участников и руководителей походов, инструкторов и председателей секций туризма осуществлялось по принципиальной схеме разработанной на основе «Положения о туристских общественных кадров», утвержденного Президиумом ЦСТЭ от 7 мая 1979 года (протокол № 4, п. 9) (схема 1) [3].

К туристским общественным кадрам, получающих специальную подготовку, относились следующие категории:

а) руководители походов выходного дня (ПВД), походов на норматив «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО), походов на значок «Турист СССР»;

б) инструкторы туризма;

в) руководители туристских походов;

г) общественный туристский актив (федерации туризма, комиссий, правлений клубов, секций туризма);

д) судьи туристских соревнований;

е) члены туристской контрольно-спасательной службы (КСС) и отрядов (КСО).

© Абрамов В.В., Гринева Т.И., 2019

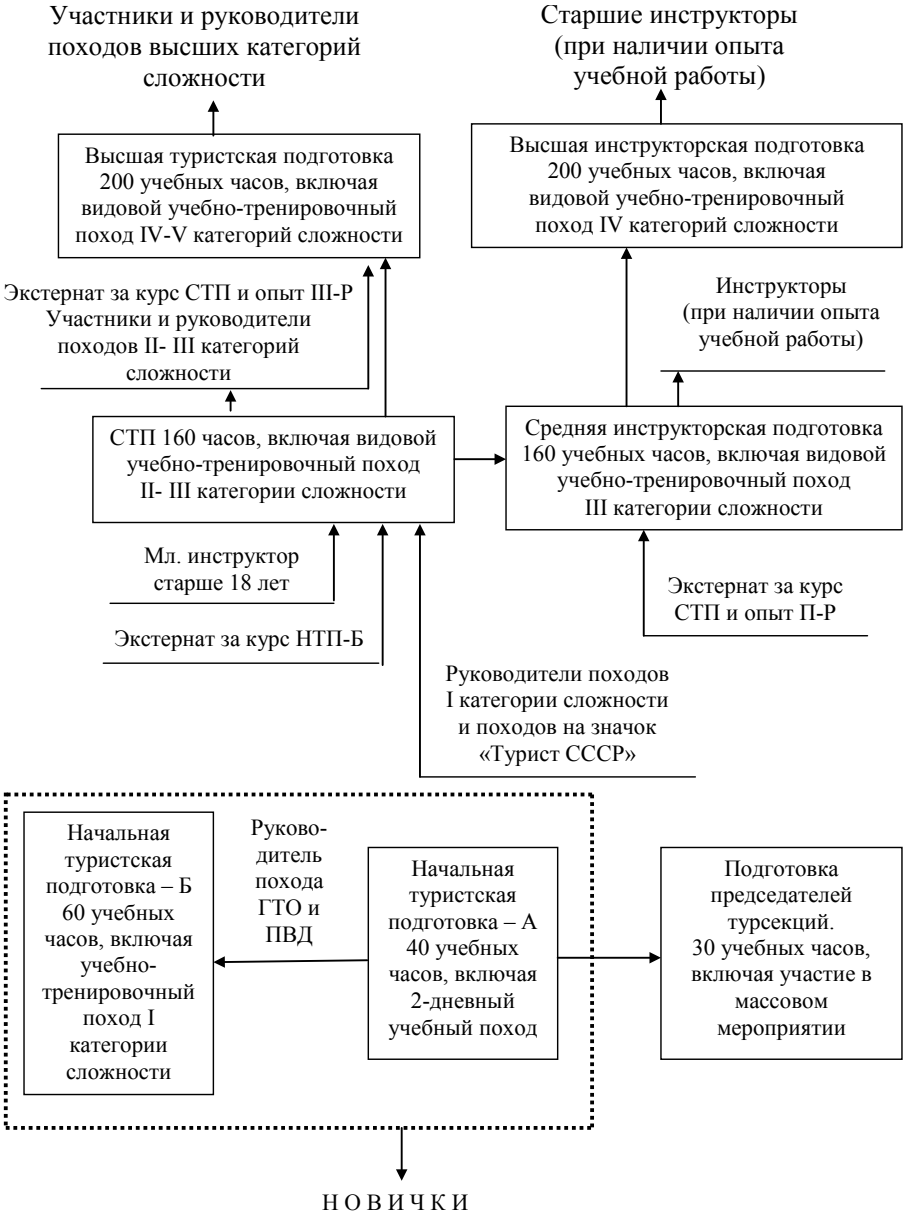

Схема 1. Принципиальная схема обучения в самодеятельном туризме (участники и руководители походов, инструкторские кадры, председатели туристских секций)

2. Направления и основные категории подготовки и повышения квалификации кадров СТ

2.1. Подготовка и повышение квалификации общественных кадров СТ с присвоением соответствующих званий осуществляется по следующим направлениям и категориям:

2.1.1. Направление – туристско-спортивные учебные мероприятия, основой которых являются спортивные походы.

Категории – общественный туристский актив: организаторы В., участники и руководители спортивных походов, инструкторы СТ разного уровня подготовки, члены комиссий по видам туризма и комиссий по направлениям работы, руководители детских туристско-краеведческих объединений, отдельные категории штатных работников общественных и других организаций активного туризма.

2.1.2. Направление - туристско-спортивные учебные мероприятия, основой которых является соревнования по СТ по всем его видам.

Категории – инструкторы-тренеры СТ; ответственные за направление представители комиссий по видам туризма и комиссий по направлениям работы, руководители детских туристско-краеведческих объединений, отдельные категории штатных работников общественных и других организаций активного туризма и т.д.

2.1.3. Направление – повышение квалификации работников общественных и других организаций по туристско-спортивным профилем.

Категории – штатные работники общественных и других туристско-спортивных организаций (федераций, клубов и т.д.), учебных заведений, председатели (президенты) и члены президиумов федераций, начальники и члены общественных поисково-спасательных отрядов и тому подобное.

Схема 2

С созданием в 2000 году новой федерации спортивного туризма, как всеукраинской общественной организации физкультурно-спортивного направления, 11 марта 2002 года Исполком ФСТУ (протокол № 18, п. 3) утвердил новое «Положение о системе подготовки кадров спортивного туризма», где предусматривались направления и основные категории подготовки и повышения квалификации кадров спортивного туризма (схема 2) [1].

В этом «Положении», как мы видим, появилась новая категория общественного актива как «инструктор-тренер». Кроме того, в требованиях к слушателям, стажерам и преподавательскому составу учебных мероприятий вместо трех уровней туристской подготовки появился четвертый: начальный, базовый, специализированный, высший. 15 декабря 2008 года Исполком ФСТУ утверждает (протокол № 3, п. 6) «Положение о инструкторах спортивного туризма» и «Положение о тренерах спортивного туризма». Дебаты по новому (2002 г.) положению о подготовке общественных туристских кадров привели к тому, что 16 апреля 2011 года Исполком ФСТУ принимает новое «Положение о системе подготовки кадров спортивного туризма», где вместо четырех уровней туристской подготовки появляется три: начальный, базовый и высший. Как говорится – разум восторжествовал. Но не полностью, т.к. категория «тренер спортивного туризма» все же осталась. А вот теперь возникает несколько вопросов [2].

Во-первых, в требованиях к слушателям, стажерам и преподавательскому составу учебных мероприятий в разделе «Категории кадров, которые выпускаются (наименование званий и категорий)» отсутствует категория «тренер» хотя положение о нем утверждено 15.12.2008 года.

Во-вторых, по мнению авторов статьи, подготовка тренеров это прерогатива государственных учебных заведений физической культуры и спорта, прошедших аккредитацию.

В-третьих, положение о тренерах есть, а учебных планов и программ нет. А если бы и были, то в них должен присутствовать такой обязательный компонент образовательной программы как «Цикл природно-научной подготовки». В этот цикл входят учебные дисциплины:

1. Компьютерная техника и метрологический контроль с спорте.
2. Анатомия.
3. Биохимия и биохимия мышечной деятельности.
4. Биомеханика.
5. Гигиена.
6. Безопасность жизнедеятельности и основы охраны труда.
7. Физиология человека и спортивная физиология.
8. Массаж.
9. Спортивная медицина.

Изучение этих и других предметов, связанных с подготовкой будущих тренеров, это не 2-3 часа лекций на общественных началах. Увы, к сожалению, ни в одном из существующих планов и программ, утвержденных ФСТУ, нет даже намека на тренерскую подготовку согласно образовательно-профессиональной программы.

В-четвертых, планы и программ существовавшие до 2002 года были легитимными, т.к. утверждались ЦСТЭ ВЦСПС, и поэтому удостоверения инструктора имели юридическую силу. С этим должен был соглашаться и Спорткомитет СССР, когда присваивал звание «Мастер спорта СССР» по туризму, т.к. в требованиях на присвоение этого почетного звания требовалось наличие удостоверения инструктора туризма. Вопрос, а имеет ли эту легитимность современное удостоверение инструктора, а тем более тренера если этот вопрос не согласовывался с Министерством молодежи и спорта Украины? Если нет, то решения Исполкома ФСТУ ограничиваются рамками сферы деятельности ФСТУ. Как пример, Федерация до сих пор не может решить вопрос об обязательном наличии удостоверения инструктора или туристского организатора у руководителей коммерческих походов (путешествий) проводимых туристскими фирмами [4].

В-пятых, согласно «Положения о тренерах спортивного туризма» это звание присваивается при наличии звания инструктора туризма, 2-го спортивного разряда по виду туризма, а также если инструктор был тренером команды или спортсменов, которые заняли призовые места на отдельных дистанциях не ниже 3-го класса или в общем зачете на городских (г. Киев, Севастополь) или областных соревнованиях (Кубках, Чемпионатах) по спортивному туризму. Возникает вопрос, а что это за гибрид в спортивном исполнении? Он что изучал общую теорию подготовки спортсменов или теорию и методику физического воспитания, а может быть психолого-педагогические основы в спортивной деятельности или медико-биологические основы спортивной деятельности?

В-шестых, при работе тренером (тренером-преподавателем) в учреждениях физической культуры и спорта в независимости от подчиненности и форм собственности необходимо один раз в 4 года проходить обязательную аттестацию. Среди документов, которые подаются в аттестационную комиссию, значится наличие документа о высшем образовании по специальности «Физическая культура и спорт» и образовательной степенью «бакалавр» или «магистр».

Кроме того, звание тренера, присвоенное ФСТУ, не дает полномочий для дальнейшего присвоения звания «Заслуженный тренер Украины», так как требуется справка с места работы, которая подтверждает стаж работы тренера со спортсменом, а звание тренера ФСТУ не дает права на такую работу.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Исходя из выше изложенного можно сделать следующие выводы.

Во-первых: категория «тренер спортивного туризма» должна быть изъята из «Положения о системе подготовки кадров спортивного туризма» в связи несоответствием с общегосударственным понятием «тренер».

Во-вторых: легализовать через Министерство молодёжи и спорта Украины планы и программы по подготовке спортивных туристских кадров, а где вопрос касается инструктора детско-юношеского туризма через Министерство образования Украины.

В-третьих: в связи с тем, что в классификаторе профессий Украины

ДК 003:2010 по состоянию на 1.09.2012 г. (действующий на смену ДК 003:2005) было бы целесообразно разработать учебные план и программу для профессии «Инструктор спортивный по туристскому сопровождению (по видам туризма)» или «Проводник (по видам туризма)».

В-четвёртых: типовые учебные планы и программа курса «Спортивный туризм» для подготовки кадров по организации и проведению туристских спортивных походов, утвержденные Президиумом ФСТУ от 22.12.2002 г., протокол № 4, п. 6, не отражают специфику видов туризма. Кроме того подготовка участников и руководителей спортивных туристских походов это одно направление обучения, а инструкторов – другое, и смешивать их вместе, как это сделано в курсе «Спортивный туризм», с методической точки зрения ошибочно.

В-пятых: для обеспечения безопасности при проведении коммерческои маршрутов с активным способом перемещения (ПВД, I-II к.с.) требовать наличие у руководителей групп документа подтверждающего его спортивную квалификацию, полученную через федерацию туризма или клубов туризма, или туристско-спортивного союза.

Список литературы:

1. Спортивний туризм. Інформаційно-методичний збірник. № 4. Київ: ФСТУ, 2002. 60 с.
2. Спортивний туризм. Інформаційно-методичний збірник. Спеціальний випуск. Туристські кадри. Київ: ФСТУ, 2011. 76 с.
3. Подготовка туристских общественных кадров. Положение, учебные планы и программы. М.: ЦРИБ «Турист», 1982. 296 с.
4. Абрамов В.В. О профессиональной компетентности инструктора коммерческой туристской группы // Гуманітарній вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Збірник наукових праць. Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О.М., 2014. Вип. 22. 484 с.

Абрамов В.В.
Харківський національний університет міського господарства імені А.М. Бекетова
Гриньова Т.І.
Харківська державна академія фізичної культури

ПРО КОРЕКТНІСТЬ ПРИСВОЄННЯ ЗВАННЯ «ІНСТРУКТОР-ТРЕНЕР»

Анотація
Стаття порушує питання про правомірність присутності категорії «тренер спортивного туризму» в системі підготовки громадських туристських кадрів Федерації спортивного туризму України і легітимності навчальних планів і програм з підготовки інших категорій туристського активу. У статті розглянуті історичні аспекти підготовки громадських кадрів в спортивному туризмі, проаналізовані Положення про систему підготовки кадрів спортивного туризму, затверджені в різні роки, і виділені спірні моменти на сьогодні.

Ключові слова: інструктор, тренер, федерація спортивного туризму, підготовка кадрів, спортивний туризм.

Abramov V.V.
O.M. Beketov National University of Urban Economy in Kharkiv
Grynova T.I.
Kharkiv State Academy of Physical Culture

ABOUT THE ACCURACY OF «INSTRUCTOR-TRAINER» TITLE ASSIGNMENT

Summary
The article affects a question about legitimacy of presence of category «trainer of sport tourism» in the system of training of public tourist personnels of Federation of sport tourism of Ukraine and legitimity of curricula and programs on preparation of other categories of tourist asset. The historical aspects of training of public personnels in sporting tourism are considered in the article. Also Statutes about the system training of personnels in sport tourism, ratified in different years are analysed, and debatable moments are distinguished.

Keywords: instructor, trainer, federation of sport tourism, training of personnels, sport tourism.

УДК 796.01

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ-ЄДИНОБОРЦІВ

Безкоровайний С.Б.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті розглядається проблема вдосконалення фізичної підготовки студентів-єдиноборців. Зроблено аналіз сучасних підходів та шляхів удосконалення фізичної підготовки студентів-єдиноборців з урахуванням специфіки освітнього процесу у вищому закладі освіти. Виявлено, що сучасні підходи до удосконалення фізичної підготовки студентів-єдиноборців полягають у врахуванні відсоткового співвідношення між використанням організмом спортсмена аеробної та різних видів анаеробної складових процесу енергозабезпечення фізичних навантажень на різних етапах підготовки; у використанні індивідуального підходу до корекції тренувальних занять єдиноборців з погляду особливостей стилю ведення сутички; залучення ключових факторів, що визначають спеціальну працездатність спортсмена та підвищують їх фізичну підготовленість; у врахуванні важливості ролі анаеробного шляху енергозабезпечення спеціальної рухової активності представників зазначеного виду спорту.
Ключові слова: фізична підготовка, єдиноборства, студенти.

Постановка проблеми. Одним з перспективних напрямів вдосконалення системи фізичного виховання у ВЗО є наукове обґрунтування ефективних методів оцінки і підвищення резервних можливостей організму студента-спортсмена, серед яких одне з пріоритетних місць належить функціональним резервам організму, що включає в себе морфологічні, фізіологічні, біохімічні та інші компоненти. Розвиток і вдосконалення цих компонентів в процесі довготривалої адаптації до напруженої м'язової діяльності відбувається, обумовлюючи певну структуру фізичної та функціональної підготовленості студентів-спортсменів.

Особливої уваги потребує питання вдосконалення фізичної підготовленості студентів-єдиноборців, що навчаються у вищих закладах освіти, оскільки важливо спланувати навчально-тренувальний процес таким чином, щоб вони могли ефективно поєднувати спортивне вдосконалення з успішним навчанням, що і обумовлює актуальність теми дослідження.

Мета статті – аналіз, узагальнення та систематизація даних щодо сучасних підходів до вдосконалення фізичної підготовки студентів-єдиноборців.

Виклад основного матеріалу. Процес підготовки спортсменів потребує наукового підходу, що ґрунтується на урахуванні рівня спеціальної фізичної підготовленості, характеру тренувальних і змагальних навантажень. Такий підхід дає можливість провести підготовку спортсменів на рівні сучасних вимог.

Дослідження, проведені Даньком Г.В. [7] дозволили розкрити особливості реакції організму висококваліфікованих борців на різноманітні за обсягами, інтенсивністю та напрямом тренувальні навантаження і на цій основі індивідуалізувати тренувальний процес кваліфікованих спортсменів.

Останнім часом фахівці з єдиноборств, як і спеціалісти з інших видів спорту, усе частіше зазначають, що успіх у спортивних досягненнях визначається не тільки оптимальним рівнем розвитку силових здібностей взагалі, але й окремих груп м'язів, які забезпечують якість виконання конкретного технічного прийому [7; 8; 10].

На думку деяких авторів [2; 3; 7; 8], недостатній рівень розвитку сили окремих груп м'язів знижує технічні можливості єдиноборця. У зв'язку із цим, пропонуються різноманітні комплекси вправ для розвитку окремих частин тіла та груп м'язів.

У ряді випадків рекомендується за рахунок локального впливу домогтися достатнього рівня розвитку сили кожної з м'язових груп, або розвивати силу окремих груп м'язів у залежності від ступеню їх участі в змагальній сутичці. Деякі автори вказують, що перевороти захопленням руки на «ключ» вимагають від борця прояву значної фізичної сили м'язів рук і плечового поясу. При виконанні таких прийомів, як кидки через плече, вирішальне значення має рівень розвитку сили розгиначів спини і ніг. Зміцнення м'язів шиї, спини й ніг сприяє ефективному виконанню переворотів. Сильні руки й спина дозволяють успішно застосовувати кидки нахилом із захопленням рук, а також перевороти «ключем» у партері, а оптимальний рівень розвитку м'язів спини сприяє успішному оволодінню технікою кидка «прогином» із захопленням тулуба позаду [2; 3; 9].

Це дозволяє стверджувати, що для поліпшення спортивного результату в борців вільного стилю достатньо важливим компонентом слід вважати досягнення оптимального рівня розвитку силових здібностей. Керування планомірним і збалансованим розвитком силових якостей борців вимагає подальшого вдосконалення [1].

Для досягнення високих міжнародних результатів єдиноборець повинен власний стиль проведення поєдинки. Такий стиль визначається, головним чином, вродженими індивідуальними особливостями (задатками) спортсмена. Система індивідуальних здібностей в процесі спортивної діяльності дозволяє спортсменові виробити свій стиль протиборства, що дозволяє досягати високих результатів [2].

З позицій теорії спорту вибір стилю і відповідна йому структура підготовленості борця обумовлені вимогами сучасної змагальної діяльності, а ці вимоги визначаються правилами і умовами проведення змагань, тенденціями розвитку

© Безкоровайний С.Б., 2019

боротьби і традиціями даної спортивної школи. Тому ефективність управління підготовкою єдиноборця істотно залежить від компетентності тренера, яка включає глибоке розуміння ним вимог змагальної діяльності, бачення (відчуття) природних задатків і можливостей свого вихованця, а також знання і уміння використовувати закономірності спортивної адаптації у даному виді спорту [9].

Однаково високих результатів можуть досягти єдиноборці з істотно різним рівнем (спектром) своїх численних якостей, використовуючи при цьому найбільш сильні сторони і нівелюючи недоліки, тобто виступаючи, у своєму власному стилі. Якщо на етапах базової підготовки вдало обраний власний стиль протиборства (адекватний власним природним задаткам), то далі успішність його формування і корекції визначається цілеспрямованістю і раціональністю тренувальних програм, які, зокрема, повинні враховувати індивідуальність сенситивних періодів розвитку фізичних і інтелектуально-психологічних якостей спортсмена [1; 2; 7].

На основі аналізу змагальної діяльності кращих борців світу і досвіду провідних фахівців вільної боротьби Латишев С.В. та спів авт. [8] виділяють сім варіантів змагальної діяльності або сім стилів ведення поєдинку. Поведінка кожного із спортсменів високого класу у змагальній сутичці (на рівні призерів чемпіонатів світу і Європи) може бути віднесена до одного з наступних стилів: «Темповик на дистанції», «Темповик у захваті»,«Силовик», «Ігровик», «Зав'язочник», «Високонадійний», «Рівнорозвинутий» (найменування стилів відповідають робочій термінології спортсменів і тренерів).

Якісний аналіз стилів кращих борців світу показує, що спортсмен стійко оволодіває одним, а іноді двома стилями протиборства: при цьому перший стає основним, а другий – доповнюючим [10]. Лише в окремих випадках виключно обдарований спортсмен може боротися у декількох стилях залежно від стилю протиборства суперника.

На основі порівняльного аналізу характеристик борців і стилів протиборств на змаганнях різного рівня В.О. Андрійцев [3], С.В. Латишев [8] встановили такі загальні закономірності:

– найбільш виражено стиль протиборства виявляється в тих поєдинках, які борець виграв, тобто коли зумів нав'язати «свою боротьбу»;

– якщо борець невисокого зросту, «зав'язочник», то для забезпечення свого стилю протиборства, він повинен володіти максимальною силою;

– всі «ігровими» дуже рухливі і багато переміщуються, але вплив на суперника вони чинять слабкий або не дуже сильний, тобто у них високий рівень розвитку спеціальної витривалості при роботі з незначними опорами;

– у кожній з вагових категорій чисельно переважають «силовики» – це можливо тому, що силові характеристики є найбільш тренованими зі всіх фізичних якостей;

– практично у всіх «силовиків» другий додатковий стиль – це високонадійний. Таким чином, найбільш важливим завданням тренера є виявлення тих задатків, які з часом зможуть забезпечити індивідуальний стиль протиборства, а потім – його спрямоване формування і удосконалення [1; 3; 8].

Простежується також тенденція, згідно якої існує намагання вчених допомогти тренерам-практикам оптимізувати підготовку єдиноборців із урахуванням одного із найважливіших принципів спортивного тренування – індивідуалізації [3; 8]. Однак, цей принцип індивідуального підходу стосується застосування його з метою встановлення найоптимальнішого стилю ведення сутички, який радше ґрунтується на морфофункціональних особливостях статури (темповик, ігровик, силовик) тощо.

Практичні межі розвитку людських здібностей визначаються такими факторами, як тривалість людського життя, методи виховання і навчання і т.ін., але зовсім не закладені в самих здібностях. Досить удосконалити методи виховання і навчання, щоб межі розвитку здібностей негайно розширилися. Для розвитку рухових здібностей необхідно створювати певні умови діяльності,використовуючи відповідні фізичні вправи на швидкість, на силу і т.д. [2; 5; 6].

Однак ефект тренування цих здібностей залежить, крім того, від індивідуальної норми реакції на зовнішні навантаження. Педагог з фізичної культури та спорту повинен добре знати основні засоби і методи розвитку різних рухових здібностей, а також способи організації занять. У цьому випадку він зможе точніше підібрати оптимальне поєднання засобів, форм і методів вдосконалення стосовно до конкретних умов [2; 9].

Виховання фізичних якостей у єдиноборствах здійснюється у всіх формах занять. Для виховання необхідних фізичних якостей, насамперед, необхідно виділити вправи, пов'язані безпосередньо з боротьбою (навчальні, навчально-тренувальні, тренувальні та змагальні сутички). Однак у зв'язку з тим, що проведення прийомів боротьби в ході тренувальної сутички не залежить від бажання самого борця, а обумовлено важко передбачуваним виникненням «пускових» ситуацій, в тренувальному процесі важко запланувати кількість необхідних повторень прийому [2; 7].

У той же час може виявитися необхідним повторення певних прийомів, що вимагають покращення будь-якої фізичної якості. У цих випадках доцільно застосовувати близькі до рухів борця вправи з використанням різного обладнання. Слід визначити два напрями в розвитку фізичних якостей: загальну фізичну підготовку та спеціальну фізичну підготовку [5; 6]. Практично у всіх видах спорту, з наближенням до основних змагань значну частину часу відводять вправам, специфічним для даного виду, проте в процесі багаторічної підготовки на етапі початкової підготовки пріоритет віддається загально-фізичним вправам, що забезпечують формування основних груп м'язів і реалізацію таких природних для людини рухів, як біг, стрибки, гімнастика, плавання, ігри [7].

Засобами фізичної підготовки є різноманітні фізичні вправи, що безпосередньо або опосередковано впливають на розвиток рухових якостей спортсменів [4; 5; 6].

Фізичну підготовку слід розглядати як сукупність (комплекс) рухових дій, спрямованих на вирішення конкретного завдання. У тренувальних вправах рухові дії можуть бути об'єднані необхідністю досягнення високих показників прояву

сили, швидкості або координаційних здібностей, а також зрушень у діяльності серцево-судинної або дихальної систем, мобілізації тих або інших механізмів енергозабезпечення роботи тощо. У змагальних вправах сукупність рухових дій об'єднується завданням досягнення максимально можливого спортивного результату [5; 6].

Фізичною підготовкою єдиноборця прийнято називати виховання його фізичних якостей, що виявляється у руховій здатності, необхідній в умовах змагальної боротьби. Специфічний зміст фізичної підготовки складає виховання силових якостей, швидкості, витривалості та гнучкості [5; 6].

У цілому, процес фізичної підготовки у спорті у більшій мірі, ніж інші, характеризується фізичними навантаженнями, що впливають на морфофункціональні властивості організму і спрямовуючи тим самим його фізичний розвиток. Фізична підготовка є в цьому відношенні основою змісту спортивного тренування [5; 6].

Фізична підготовка єдиноборців, будучи важливою складовою загальної структури їх підготовленості, багатокомпонентна за своїм складом, ієрархічно організована і взаємодіє з іншими компонентами підготовки студентів-спортсменів для досягнення запланованого результату (спортивного результату, спеціальної працездатності, майстерності та інше). Її формування та удосконалення ґрунтується на розвитку і вдосконаленні рухових якостей, морфо-функціональному розвитку організму спортсменів, і здійснюється диференційовано, у співвідношенні з ваговими категоріями, класифікацією, віком, рівнем спеціальної фізичної підготовленості спортсменів, обумовленої, в свою чергу, специфікою сучасного змагального поєдинку [4].

У той же ж час, аналіз робіт фахівців [3; 5], що досліджували структуру фізичної підготовленості, дозволяє стверджувати, що в боротьбі недостатньо співвідношення та взаємозв'язку окремих її компонентів: показників фізичного розвитку і рухових якостей між собою та із спортивним результатом.

Висновки. За даними наукової літератури встановлено сучасні підходи до удосконалення фізичної підготовки єдиноборців, які полягають у врахуванні відсоткового співвідношення між використанням організмом спортсмена аеробної та різних видів анаеробної складових процесу енергозабезпечення фізичних навантажень на різних етапах підготовки; у використанні індивідуального підходу до корекції тренувальних занять єдиноборців з погляду особливостей стилю ведення сутички; залучення ключових факторів, що визначають спеціальну працездатність спортсмена та підвищують їх фізичну підготовленість; у врахуванні важливості ролі анаеробного шляху енергозабезпечення спеціальної рухової активності представників зазначеного виду спорту.

Навчально-тренувальний процес студентів-єдиноборців, які навчаються у вищому закладі освіти, повинен враховувати, з одного боку, специфіку організації навчального процесу учбового закладу, з іншого боку, повинен відповідати календарю змагань на поточний рік.

Список літератури:

1. Акопян А.О. Специальная физическая подготовка в видах единоборств / А.О. Акопян, В.А. Панков // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 4. – С. 50–53.
2. Александров Ю.В. Підвищення ефективності процесу тренування юних самбістів завдяки використанню вправ швидкісно-силової спрямованості / Александров Ю.В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту / За ред. С.С. Єрмакова. – Х., 2008. – № 3. – С. 3–6.
3. Андрійцев В.О. Удосконалення техніко-тактичних дій борців вільного стилю на етапі спеціалізованої базової підготовки: автореферат на здобуття наукового ступеня к. фіз. вих.: 24.00.01. – Київ, 2016. – 20 с.
4. Ахметов Р. Визначення переваги силових, швидкісних, швидкісно-силових компонентів спеціальної фізичної підготовленості спортсменів / Р. Ахметов, Т. Кутек, В. Шаверський // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницького держ. пед. ун-ту ім. М. Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – С. 354–359.
5. Волков В. Особливості формування структури базової підготовленості спортсменів у процесі занять вільною боротьбою та бойовими мистецтвами (джиу-джитсу) / В. Волков, О. Орлов // Фізична культура, спорт та здоров'я нації – нова епоха, нова генерація : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Миколаїв, 2002. – С. 370.
6. Гаськов А.В. Теоретические аспекты построения спортивной тренировки в единоборствах / А.В. Гаськов, В.А. Кузьмин. – Красноярск: КрасГУ, 2002. – 103 с.
7. Данько Г. Моделювання оптимальної структури функціональної підготовленості кваліфікованих борців / Г. Данько, О. Григоренко, В. Орлюк // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 3. – С. 3–7.
8. Латышев С.В. Системный подход к проблеме индивидуализации подготовки борцов / Латишев С.В., Коробейников Г.В. // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 5. – С. 65–68.
9. Огарь Г.О. Оптимизация подготовки квалифицированных борцов путем совершенствования методики специальной физической подготовки / Огарь Г.О., Ласица В.И. // Физическое воспитание студентов. – 2009. – № 3.– С. 84–86.
10. Первачук Р.В. Індивідуалізація тренувального процесу борців різного стилю ведення сутички / Первачук Р.В. // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. – К., 2013. – Вип. 7(33). – С. 55–62.

Безкоровайный С.Б.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-ЕДИНОБОРЦЕВ

Аннотация
В статье рассматривается проблема совершенствования физической подготовки студентов-борцов. Сделан анализ современных подходов и путей совершенствования физической подготовки студентов-борцов с учетом специфики образовательного процесса в высшем учебном заведении. Установлено, что особого внимания требует вопрос совершенствования физической подготовленности студентов-борцов, обучающихся в высших учебных заведениях, поскольку для спортсменов-студентов важно спланировать учебно-тренировочный процесс таким образом, чтобы они могли эффективно сочетать спортивное совершенствование с успешным обучением. Выявлено, что современные подходы к совершенствованию физической подготовки студентов-борцов заключаются в учете процентного соотношения между использованием организмом спортсмена аэробной и различных видов анаэробной составляющих процесса энергообеспечения физических нагрузок на различных этапах подготовки; в использовании индивидуального подхода к коррекции тренировочных занятий борцов с точки зрения особенностей стиля ведения схватки; привлечение ключевых факторов, определяющих специальную работоспособность спортсмена и повышают их физическую подготовленность; в учете важности роли анаэробного пути энергообеспечения специальной двигательной активности представителей данного вида спорта.
Ключевые слова: физическая подготовка, единоборства, студенты.

Bezkorovayny S.B.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

MODERN APPROACHES TO IMPROVE PHYSICAL TRAINING OF UNIVERSAL STUDENTS

Summary
The article considers a problem of improvement of physical training of students-combatants. Analysis of modern approaches and ways to improve physical training of students-combatants taking into account the specifics of the educational process in a higher educational institution is carried out. It is found that modern approaches to improve physical training of students-combatants consist in taking into account the percentage ratio between the use by an athlete's body of an aerobic one and various types of anaerobic components of the process of energy supply of physical activity at different stages of training; the application of individual approach to the correction of combatants' training exercises in terms of features of the style of the fight; attraction of key factors that determine the special working capacity of the athlete and increase their physical training; taking into account the importance of the role of anaerobic way of energy supply of special motor activity of representatives of the specified sport.
Keywords: physical training, combat sport, students.

УДК 796.355-055.2(575.122)

ВЛИЯНИЕ III ВСЕСОЮЗНЫХ МОЛОДЕЖНЫХ ИГР НА ПОПУЛЯРИЗАЦИЮ ХОККЕЯ НА ТРАВЕ НА НАЧАЛЬНЫХ ЭТАПАХ ЕГО СТАНОВЛЕНИЯ

Кадыров Р.Р.
Школа высшего спортивного мастерства
Андижанского облспорткомитета (Узбекистан)

Кривенко Ю.А., Курочкин В.Г.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды»

Становление хоккея на траве на территории постсоветских стран проходило на базе хорошо знакомого, популярного, и в какой-то степени схожего вида спорта – хоккея с мячом. Заметную роль в развитии и популяризации хоккея на траве в социалистических странах играли молодежные игры, в которых принимали участие команды юношей, юниоров, молодежных составов, девушек. Именно благодаря этим соревнованиям так стремительно выросло мастерство всех, без исключения сборных.
Ключевые слова: хоккей на траве, турнир, история, спортивные игры, Молодежные игры.

Постановка проблемы. Основной целью Всесоюзных молодежных игр было выявление ближайшего резерва спорта СССР, тех, кому через несколько лет в составах сборных команд страны предстояло выступать на чемпионатах мира и Европы, Олимпийских играх.

В программу III Всесоюзных молодежных игр впервые был включен хоккей на траве. Летом 1982 г. на турнирах в Москве приняли участие юноши 1963/64 и девушки 1964/65 г.р., представляющие сборные команды республик, а также Москвы и Ленинграда. Появление новых крупномасштабных соревнований всегда положительно влияет на развивающиеся виды спорта. Для хоккея на траве молодежные игры, бесспорно, стали заметной вехой, что позволило проанализировать уровень работы обществ, ведомств городов и республик не только с молодежными, но и с юношескими и детскими командами [6].

Анализ последних исследований и публикаций. На сегодняшний день вопросы истории развития хоккея на траве исследованы частично. Анализ литературных источников позволил определить, что исторические сведения об игре содержатся в учебниках, сборниках, периодических изданиях, однако они раскрывают лишь некоторые аспекты проблемы.

Цель статьи. Целью данной статьи является определение предпосылок возникновения и проведение Всесоюзных молодежных игр по хоккею на траве.

Изложение основного материала исследований. В отличие от юношей, у девушек только в 1981 г. стал вырисовываться стройный календарь внутрисоюзных состязаний. Был проведен первый всесоюзный турнир, в котором приняли участие более 55 команд. На первом этапе девушки соревновались в республиканских турнирах, затем сильнейшие вели спор за выход в финал в трех территориальных зонах, и, наконец, шестерка лучших разыграла призы Спорткомитета СССР. Первое место во всесоюзном турнире команд девушек заняли хоккеистки «Политотдела» (тренер Е. Тен), второе досталось юной смене двукратных чемпионок страны – команде «Андижанка» (Узбекистан), которую готовил В. Курочкин, третьими финишировали воспитанницы республиканской школы высшего спортивного мастерства из Армении (тренер М. Арзуманян). Кроме призеров в финале выступали «Спартак» (Ульяновск), «Спартак» (Москва) и ближайший резерв студенток СКИФа (Москва) [3].

Если ориентироваться на итоги этих соревнований, то изначально можно было предположить, что на Молодежных играх 1982 г. спор за победу поведут сборные Узбекистана, Москвы, Украины и РСФСР. Однако по итогам турнира к этим претенденткам на успех следует отнести команды Армении, Азербайджана и Казахстана. Несколько обособленно в ряду соискательниц наград перед началом игр стояла сборная Ленинграда. Несмотря на неплохие условия для подготовки, команда весьма слабо выступила на турнире [8].

Успехи узбекских хоккеисток не пришли сами собой. Руководство республики давно хотело создать стройную систему подготовки резерва для команд мастеров, выступающих в высшей и первой лигах чемпионата страны. Летний хоккей был включен в программу школьных спартакиад и молодежных игр учащихся техникумов, ПТУ. Регулярными здесь стали соревнования самых юных хоккеисток на призы ЦК ЛКСМ Узбекистана под названием «Травушка», стали традиционными также турниры сельской молодежи на призы известного хлопкороба Турсуной Ахуновой.

Девять команд девушек приняли участие в первенстве Узбекистана. В этих соревнованиях тон задавали спортсменки из «Политотдела» и андижанской ШВСМ. Острую конкуренцию лидерам составили команды из Самарканда, Ферганы, Андижанской области, Намангана, Бухары, Хорезма и Ташкента. О силе сборной Узбекистана можно судить и по тому, что в составе молодежной сборной СССР, выезжавшей в 1981 г. в Польшу на турнир «Дружба», было 12 хоккеисток этой республики, и только три игрока представляли столичные команды СКИФ и «Спартак». К участию в турнире допускались спортсменки не старше 18 лет. В нашей же сборной большинство игроков были на год моложе своих соперниц. Однако молодость советской команды не помешала ей стать победительницей [3].

Государственный тренер по хоккею на траве Узбекистана судья международной категории

© Кадыров Р.Р., Кривенко Ю.А., Курочкин В.Г., 2019

Николай Степанов дал высокую оценку мастерству юных хоккеисток. Многие зарубежные эксперты хоккея на траве лестно отозвались о советской сборной. Особенно отмечалось стремление молодых спортсменок играть в техничный и быстрый хоккей, что характерно и для первой команды. Так что у женской сборной СССР уже тогда начала подрастать достойная смена. Обратили на себя внимание нападающие Малахат Усманова и Мавлюда Ташматова из «Политотдела», полузащитница Людмила Бибикова из Самарканда, защитница Гульчехра Варисова из Андижана.

Можно не сомневаться, что после III Всесоюзных молодежных игр список молодых дарований стал намного больше.

Плодотворно работали с подрастающей сменой и тренеры России. Среди них, прежде всего хотелось бы отметить С. Савчука (Ульяновск), Г. Преловского (Красноярск), А. Подтопилина (Горький), В. Семенова (Чебоксары), В. Кобзева (Барнаул). У каждого из этих тренеров были в командах кандидаты как в сборную республики на Молодежные игры, так и в сборную юниорок СССР.

На первом чемпионате Российского совета «Спартак» для команд девушек, который проходил в Ульяновске, некоторые наставники юных спартаковских хоккеисток были обеспокоены разными проблемами. Сергей Савчук сетовал на отсутствие методических пособий для начинающих, острую нехватку инвентаря. Но главное, что, на его взгляд, сдерживало рост мастерства юных спортсменок, так это мизерное число соревнований, проводимых для них в республике.

Если бы подобные игры были проведены в РСФСР, где бы выступили команды городов, областей и автономных республик, тогда и сборную СССР сформировать было куда проще, и на местах не пришлось тратить лишней энергии на решение различных организационных вопросов.

Позже хоккей на траве включили в программу Спартакиады народов РСФСР и Спартакиады школьников республики. На турнире Российского совета «Спартака» специалисты обратили внимание на интересных игроков, которые потом хорошо сыграли на Молодежных играх в составе сборной РСФСР. Вратарь Светлана Определеннова из Чебоксар, защитницы Елена Королева из Барнаула, Светлана Пузанова из Ульяновска, полузащитницы Татьяна Федюнина из Горького и Светлана Акимова из Ульяновска, нападающие Надежда Юрьева из Красноярска и Ирина Скоробогатова из Ульяновска показали хорошие результаты на турнире.

Разные пути выбирали наставники команд девушек, чтобы лучше подготовить воспитанниц к ответственному старту на Молодежных играх в Москве. Одни делали упор на турниры с участием сверстниц, другие, помимо того, старались использовать игры за право участвовать в 1982 г. в чемпионате СССР среди женских команд первой лиги [5].

На предварительном этапе всесоюзного турнира девушек Армении представляли две команды – РШВСМ из Еревана и хоккеистки «Севана». Спортсменки из столицы Армении, преследовавшие главным образом одну цель – попасть в финал турнира сверстниц, успешно справились с задачей и не только вошли в число финалисток, но и стали бронзовыми призерами соревнований.

Хоккеистки «Севана», погнавшиеся за двумя зайцами, казалось бы, сознательно обрекали себя на неудачи. Они одним составом играли и в турнире девушек, и в соревнованиях за выход в первую лигу. Матчи со сверстницами они действительно провели неровно, заняв лишь шестое место из восьми в отборочной группе. Зато в турнире претендентов на место в первой лиге «Севан» выступил значительно лучше. Вопреки ожиданиям, он пробился в финальную пятерку. Пятое место, правда, не дало хоккеистам Армении права играть в первой лиге, но дополнительный турнир позволил тренерам в большем, чем наставникам РШВСМ, числе матчей проверить и «обстрелять» игроков.

Пути у обеих команд были разные, а цель – одна. Они всерьез вели подготовку к старту на молодежных играх, где сборная Армении конкурировала с любым соперником и в итоге заняла третье место. Костяк сборной составили хоккеистки из РШВСМ и «Севана». Хорошо себя зарекомендовали Ануш Лазян (РШВСМ) и Сусанна Гаспарян («Севан»), осмотрительно вели оборону ворот защитницы Рузанна Агаджанян (РШВСМ) и Эльмира Нерсисян («Севан»), хитро действовали полузащитницы Алиса Абрамян («Севан») и Ануш Оганесян (РШВСМ) [1].

Хозяйки Молодежных игр – юные москвички не желали уповать только на помощь родных стен и поддержку болельщиков, они также серьезно подготовились к соревнованиям. Сразу же после финала всесоюзного турнира подрастающая смена СКИФа и «Спартака» вместе с хоккеистками клуба «Крылья Советов» включилась в борьбу за победу в чемпионате столицы.

Неплохо зарекомендовали себя в играх всесоюзного турнира и первенства столицы нападающие «Крыльев Советов» Анна Костюкова, форварды СКИФа Елена Романовская и Виктория Долгова, спартаковские игроки линии атаки Елена Пинигина и Оксана Свищ, защитницы Татьяна Новикова, Галина Лукьянова (обе из «Спартака»), Юлия Юняева, Людмила Закликовская (обе из СКИФа), Маргарита Алланазарова («Крылья Советов»), полузащитницы Лариса Гурская («Спартак») и Ирина Венгретова (СКИФ).

Турнир юношей на Молодежных играх по накалу борьбы и остроте соперничества все-таки превзошел турнир девушек. Ведь юношеский хоккей на траве у СССР уже имел своих лидеров, свои традиции.

Кому не известны такие выпускники алматинской школы хоккея, как Саян Шаймерденов, Фарит Зигангиров, Александр Гончаров, Игорь Рыжков, Юрий Апельганец, игроки сборной СССР, признанные мастера хоккея на траве не только в нашей стране, но и за ее пределами. Из стен ульяновской школы также постоянно выходили яркие, самобытные хоккеисты: Вячеслава Мишурнова и Льва Лачугина, Вячеслава Казакова и Юрия Суркова. В начале 80-х годов все громче заявили о себе выпускники ДЮСШ Армении, Азербайджана, Узбекистана. Получил признание хоккей на траве в Украине, где появлялась способная молодежь. Юные хоккеисты шосткинской «Свемы», дебютанты всесоюзного чемпионата, с первого захода пробились в финал, где не выглядели робкими новичками [6].

Хуже обстояли дела с юношеским и молодежным хоккеем в Москве и Ленинграде. Причина в том, что в этих городах было только по одной команде взрослых. В Москве – спортклуб «Фили», в Ленинграде – «Волна». Оба города не могли пожаловаться на отсутствие оборудованных для хоккея на траве баз, зато на число желающих заниматься этим видом спорта вам посетует любой тренер.

Выводы. III Спортивные игры молодежи, которые прошли в Москве на тех же аренах, где потом через год проводили соревнования сборных по хоккею на траве – малой арене стадиона «Динамо» и на стадионе Юных пионеров.

Места на молодежных играх 1982 г. среди команд юниоров распределились таким образом: 1. Казахская ССР; 2. Азербайджанская ССР; 3. Армянская ССР; 4. Узбекская ССР; 5. РСФСР (Ленинград); 6. Таджикская ССР; 7. Украинская ССР; 8. Грузинская ССР; 9. РСФСР (Москва); 10. Белорусская ССР; 11. РСФСР (обл. края, АССР); 12. Киргизская ССР; 13. Молдавская ССР. У девушек места распределились в следующем порядке: 1. Узбекская ССР; 2. Таджикская ССР; 3. РСФСР (Москва); 4. Белорусская ССР; 5. Украинская ССР; 6. Азербайджанская ССР; 7. Армянская ССР; 8. РСФСР (обл. края, АССР); 9. Казахская ССР; 10. РСФСР (Ленинград); 11. Литовская ССР; 12. Грузинская ССР; 13. Киргизская ССР; 14. Молдавская ССР.

Большое количество молодых спортсменов, выступавших на этих играх, в последующие года стали членами своих основных сборных, а также были у истоков развития и популяризации хоккея на траве в социалистических странах. Именно благодаря этим соревнованиям так стремительно выросло мастерство всех, без исключения сборных по хоккею на траве.

Список литературы:

1. Бельский Ю.А. С прицелом на Олимпиаду. Хокей на траве 1978 г. / Бельский Ю.А. // Издательство «Ульяновская правда». – 1978. – С. 53–61.
2. Вайн Хорст. Хоккей на траве. Техника и тактика / Х. Вайн. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.
3. Курочкін В.Г. Правила з хокею на траві / В.Г. Курочкін, О.О. Борисов, Г.В. Курочкін. – Київ: Ювента, 2011. – 138 с.
4. Курочкін В.Г. Хокей на траві: теоретичні та організаційно методичні аспекти: навч. посіб. / В.Г. Курочкін, Ю.О. Кривенко, В.В. Погребний. – Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я.М., 2017. – 136 с.
5. Лейкин А. Хоккей на траве / Лейкин А. // Физкультура и спорт. – 1979. – № 2 – С. 23–32.
6. Савин В.П. Теория и методика хоккея: учебник для студ. высш. учебных заведений / В.П. Савин. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 400 с.
7. Сосновский И. Вне игры / Сосновский И. // Журнал Физкультура и спорт. – 1984. – № 9.
8. Тюлюбаев С.В. Хоккей на траве. Программа соревнований. VIII Летняя Спартакиада народов СССР / Тюлюбаев С.В. // Физкультура и спорт. – № 1. – 1983. – С. 3–12.
9. Тюлюбаев С.В. Хоккей на траве. Программа соревнований / Тюлюбаев С.В. // Физкультура и спорт. – 1984. – № 1. – С. 8–22.
10. Федотова Е.В. Хоккей на траве. Азбука спорта / Е.В. Федотова. – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 279 с.
11. Федотова Е.В. Хоккей на траве: состояние, тенденции развития, перспективы: Метод. разработка. – М.: ФХТР., 2004. – С. 2-25.

Кадиров Р.Р.
Школа вищої спортивної майстерності
Андижанського облспорткомітету (Узбекистан)
Кривенко Ю.О., Курочкін В.Г.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний
педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

ВПЛИВ III ВСЕСОЮЗНИХ МОЛОДІЖНИХ ІГОР НА ПОПУЛЯРИЗАЦІЮ ХОКЕЮ НА ТРАВІ НА ПОЧАТКОВИХ ЕТАПАХ ЙОГО СТАНОВЛЕННЯ

Анотація
Становлення хокею на траві на території пострадянських країн проходило на базі добре знайомого, популярного, і в якійсь мірі схожого виду спорту – хокею з м'ячем. Помітну роль у розвитку і популяризації хокею на траві в соціалістичних країнах відігравали молодіжні ігри, в яких брали участь – команди юнаків, юніорів, молодіжних складів, дівчат. Саме завдяки цим змаганням так стрімко зросла майстерність усіх без винятку збірних.

Ключові слова: хокей на траві, турнір, історія, спортивні ігри, Молодіжні ігри.

Kadirov R.R.
School in the sports gymnasium of Andijan regional sports committee,
Krivenko Yu.O., Kurochkin V.G.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

III ALL-UNION YOUTH GAMES AS A MEANS OF POPULARIZATION OF HOCKEY ON THE GRASS AT THE INITIAL STAGES OF ITS FORMATION

Summary
The formation of field hockey in the post-Soviet countries took place on the basis of a well-known, popular, and to some extent similar sport – hockey with a ball. A significant role in the development and popularization of field hockey in the socialist countries was played by youth games in which teams of boys, juniors, youth teams, and girls took part. It is thanks to these competitions that the skill of all the national teams without exception has grown.
Keywords: field hockey, tournament, history, sports, Youth games.

УДК 796.011.3.88

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПОБУДОВИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ В ЖІНОЧОМУ ПАУЕРЛІФТИНГУ

Кириченко Т.Г.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

У статті розглядаються особливості побудови спортивного тренування в жіночому пауерліфтингу. Аналізуються теоретико-методичні аспекти проблеми. Розкриваються основні методичні підходи і даються рекомендації для спортсменок початкового рівня. Наголошується на актуальності вищезазначених питань. Пропонується проста, але в той же час ефективна методика тренувань.
Ключові слова: пауерліфтинг, силові види спорту, силові цикли, спортивне тренування, програма занять.

Постановка проблеми. Завдяки зростаючій популярності пауерліфтингу серед молоді та дорослого населення цим силовим видом спорту починає займатися все більше дівчат і жінок. Популярність пауерліфтингу пояснюється простотою, доступністю цього виду спорту, досить швидким зростанням результатів і позитивним впливом на здоров'я спортсменок [4; 7; 10; 11].

Заняття пауерліфтингом сприяють збільшенню м'язової сили, зміцнюють зв'язки і суглоби, допомагають виробити витривалість, гнучкість та інші фізичні якості, виховують волю, впевненість у власних силах, підвищують працездатність всього організму [9; 11].

Відомо, що жіночий організм значною мірою відрізняється від чоловічого. Саме тому жінкам, які займаються пауерліфтингом та іншими силовими видами спорту, слід враховувати той факт, що тестостерону у них набагато менше, ніж у чоловіків, а це накладає свої особливості при адаптації до навантажень [1; 2; 6]. Вчені стверджують, що адаптаційний резерв жінок, при силових навантаженнях є нижчим, ніж у чоловіків, тому програму тренувань потрібно підбирати дуже ретельно і з урахуванням всіх особливостей [2; 5]. Максимальні силові тренування слід проводити рідше, ніж чоловікам. Це важливо враховувати, підбираючи силовий цикл вправ [3; 8].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Статура жінки є меншою за розмірами, в порівнянні зі статурою чоловіка: у жінок слабкіші зв'язки і сухожилля. В середньому тіло жінок містить на 10-16% більше жирової тканини, ніж тіло чоловіка. Жінки реагують на заняття з обтяженнями так само, як і чоловіки: розвивається сила і зменшується кількість жирової тканини, але у них цей процес є менш вираженим тому, що у жінок інша гормональна структура [2; 5; 6; 7].

Тому жінки не можуть тренуватися з такими навантаженнями як чоловіки, але вправи можуть виконувати ті ж. У жінок є пропорційно ширшою структура тазової ділянки в порівнянні з чоловіками, що забезпечує їм стійку рівновагу, так як центр ваги тіла у них розташований нижче. Жінки, як правило, більш гнучкі, ніж чоловіки і можуть тренуватися з більшою амплітудою рухів. Нижня частина тіла жінок відносно сильніша. У чоловіків більш розвинені і масивні м'язи плечового поясу відносно нижньої частини тіла, тоді як у жінок все виглядає навпаки. Тому жінки мають тенденцію нарощувати силу і обсяг м'язів швидше в нижні частині тіла, ніж чоловіки [1; 2; 7]. Ці особливості обов'язково потрібно враховувати дівчатам і жінкам які займаються пауерліфтингом [3; 4; 8].

Існує багато хибних стверджень щодо впливу пауерліфтингу на зовнішній вигляд дівчат і жінок.

© Кириченко Т.Г., 2019

Побутує думка, що якщо спортсменка буде займатися пауерліфтингом, то вона перетворитися в чоловікоподібну жінку, все насправді не так. Дівчина ніколи не буде мати гіпертрофовані чоловічі м'язи через невелику кількість тестостерону в організмі (тестостерон – чоловічий статевий гормон, який відіграє дуже важливу роль в нарощуванні м'язової маси, без якого, приріст м'язової тканини практично не відбувається). Пауерліфтинг не перетворює дівчат на величезних і безформних жінок, а навпаки, робить підтягнутими і рельєфними [9; 10]. Заняття пауерліфтингом характеризуються великими навантаженнями на організм спортсменок. Фізіологічно структура тіла жінки менш схильна до нарощування м'язової маси і розвитку силових якостей. Тому тренеру при побудові процесу підготовки спортсменок у пауерліфтингу та інших силових видах спорту, необхідно обов'язково враховувати ряд особливостей і застосовувати науково обгрунтовані методики, що є в даний час актуальними [8].

Мета статті. Головною метою цієї статті є теоретичний аналіз особливостей побудови тренувального процесу у жіночому пауерліфтингу.

Виклад основного матеріалу. Пауєрліфтинг є одним з найбільш популярних силових видів спорту. Основними засобами процесу підготовки в пауерліфтингу є вправи з обтяженнями. Сьогодні жінки займаються пауерліфтингом і допускатися до змагань на ряду з чоловіками [9].

Концепція управління процесом багаторічної підготовки жінок, що займаються пауерліфтингом ґрунтується на теорії адаптації (вікові особливості спортсменок, їх індивідуальні фізіологічні особливості тощо) і розкриває зміст, критерії, педагогічні умови та специфічні механізми. Виявлено особливості адаптації жіночого організму до інтенсивних швидкісно – силових навантажень, які свідчать про те, що для ефективної підготовки спортсменок необхідна рання спеціалізація в жіночому пауерліфтингу, яка розглядається як позитивне явище, в результаті чого здійснюється своєчасний розвиток фізичних якостей, які в більш пізньому періоді онтогенезу не піддаються в належній мірі розвитку або удосконалюються незначно. Управління тренувальним процесом ліфтерок повинне відповідати специфіці функціонування жіночого організму на різних етапах його розвитку.

Пауерліфтинг (силове триборство) – це надпотужні навантаження для м'язів за участю максимальної ваги, включає в себе три види вправ: присідання зі штангою, жим штанги лежачи, станова тяга. Присідання зі штангою – базова вправа, розвиває м'язи стегна і сідниць. Це одна з найпопулярніших вправ в жіночому пауерліфтингу. Жим лежачи – базова вправа із штангою розвиває тріцепси, дельтоподібні і грудні м'язи. Станова тяга – багатосуглобна вправа, виконується зі штангою. Ця вправа характеризується тим, що одночасно задіюються м'язи і ніг, і спини. Дана вправа широко використовується не тільки в жіночому пауерліфтингу, а й практично у всіх базових силових програмах.

Спортсмени знають, що з часом організм звикає до однотипних навантажень, і перестає прогресувати в результатах. У таких випадках потрібно змінити план тренувань і збільшити навантаження [2; 5; 11].

На початковому етапі у жіночому пауерліфтингу корисними і безпечними можуть вважатися заняття під керівництвом досвідченого тренера-інструктора, які проводяться не частіше, ніж 8-12 разів на місяць. Якщо дівчина займається пауерліфтингом, найкраще взяти досвідченого тренера, який вже має тренерський стаж 3-5 років.

Пауерліфтинг для початківців повинен починатися з тренувань, що зміцнюють м'язи, для підготовки їх до більш потужних навантажень. За допомогою різних вправ потрібно пропрацювати всі м'язи тіла. Особливу увагу треба приділити техніці виконання вправ, її потрібно чітко дотримуватися при роботі з будь-якою вагою.

Як стверджують вчені та практики [7; 10] жіночий план тренінгу, значно відрізняється від чоловічого. Він містить абсолютно інший порядок виконання вправ, а також їх кількість. Заняття пауерліфтингом жінок-початківців повинні обов'язково проходити під керівництвом тренера, щоб уникнути небезпечних травм. Для опрацювання станової тяги за жіночою методикою, існує велика кількість вправ. Але, для одного тренувального заняття, потрібно вибирати їх не більше 5-6. Увага акцентується на кількості повторень, а не на піднятих кілограмах, при цьому, важливо виконувати динамічні вправи після кожної базово-силової.

Методика жіночих пауерліфтинг-тренуваннь, передбачає вибір базових вправ, які задіють великі м'язові масиви. Рекомендуємо кілька прикладів кращих вправ для жіночого пауерліфтингу.

Нижня частина тіла.

Присідання зі штангою. Встановити штангу відповідно до зросту і навантажити необхідною вагою. Відійти від стійок, поставити ноги на ширині плечей. На видиху починайте повільно опускатися. Стегно і гомілка повинні утворити прямий кут.

Станова тяга. Стати до штанги так, щоб вона торкалася гомілок, стопи злегка розведені. Присісти, упертися п'ятами в поміст і підняти штангу до колін. Після цього випрямитися, щоб штанга торкнулася стегон.

Нахили вперед зі штангою на плечах. Встановити гриф на стійки. Помістити його на задню частину плечей. Спина напружена, лопатки зведені, коліна злегка зігнуті. Відійти на пару кроків назад. Згинаючи ноги, рухайте їх назад, вигніть спину. Поверніться у вихідне положення.

Спліт присідання з гантелями. Поставити ноги на одну лінію. У кожну руку візьміть по гантелі. Зробіть присідання і поверніться у вихідне положення.

Верхня частина тіла.

Жим гантелей лежачи на горизонтальній лаві. Лягти на горизонтальну лаву, притискаючи гантелі до грудей, розведіть їх на ширину плечей. Використовуючи м'язи грудей, підніміть гантелі над собою, а потім повільно опустіть.

Жим штанги лежачи на горизонтальній лаві. Лягти на лаву, взяти штангу і підняти її над собою. Потім опустити і після секундної паузи повернути снаряд у початкове положення. Слідкуйте за своїм самопочуттям: в м'язах грудей ви повинні відчувати напругу.

Жим штанги лежачи на похилій лаві. Лягти на похилу лаву, взяти штангу, знявши її зі стійок і підняти над собою. На вдиху опускати штангу до рівня грудей, на видиху повертати в початкове положення, зберігаючи напругу в м'язах.

Жим штанги стоячи. Взяти штангу хватом ширше плечей (долоні дивляться вперед) і опус-

кати на верхню частину грудей. Підняти її над головою на прямих руках. На вдиху поволі опускати штангу до ключиць. На видиху піднімати гриф у вихідне положення.

Підтягування. Взятися за поперечину. Відхилити корпус назад приблизно на 30 градусів. На видиху піднімати тулуб, поки поперечина не торкнеться верхньої частини грудей. Плечі і верхню частину рук відводити вниз і назад. Затриматися і на вдиху поволі опуститися.

Тяга гантелі в нахилі. Покласти гомілку ноги на край лави. Нахилити корпус вперед паралельно підлозі, а правою рукою упертися в інший кінець лави. На видиху лівою рукою піднімати гантель до згинання руки в ліктьовому суглобі. На вдиху опускати гантель у вихідне положення.

Тяга штанги в нахилі. Тримаючи штангу прямим хватом, злегка зігнути коліна і нахилити корпус уперед майже паралельно підлозі. На видиху підтягнути штангу до себе. У верхній точці напружити м'язи спини і затриматися. На вдиху поволі опускати штангу назад.

Підйоми колін у висі. Широким або середнім хватом взятися за поперечину. Ноги спочатку випрямити, а потім піднімати їх так, щоб між ними і тулубом утворився прямий кут. Повільно повернутися у вихідну позицію.

У жіночого пауерліфтингу є свої специфічні сторони. Найбільший плюс пауерліфтингу – розвиток функціональної сили. Але потрібно враховувати і деякі особливості жіночого організму. Менструальні цикли накладають відбиток на тренувальний процес, що має свою специфіку, яку не можна не враховувати [1; 5; 6].

Правила силового тренінгу.

Силові цикли: є основними етапами, як чоловічого, так і жіночого пауерліфтингу, під час яких атлети напрацьовують основну швидкісно – силову базу. У цей період слід тренуватися в межах 60-75% від ПМ (повторного максимуму). Кількість повторень в кожному підході має перебувати в діапазоні від 4 до 6, причому, навіть у розминаючих підходах не слід перевищувати цей показник. Звичайно, враховувати варто не тільки інтенсивність тренінгу, але ще і його обсяг, піки КПШ (кількості підйомів штанги) не повинні збігатися з піками інтенсивності (максимальними % від ПМ). Потрібно обов'язково контролювати високі, середні і низькі показники обох цих якостей. У цьому циклі передбачається використання великої кількості, як спеціальних вправ, так і загальнорозвиваючих.

Витривалість: цей цикл включають у програму не всі, хоча саме довколо нього часто піднімають дискусії у статтях, присвячених жіночому пауерліфтингу. Ми рекомендуємо включати цей цикл в програму, дотримуючись правила варіативності, що дозволить відновитися зв'язкам, суглобам і ЦНС (центральна нервова система).

Швидкість: тренування швидкості, як і технічної майстерності, не виділяють в окремий цикл, їх, як правило, включають в тренування, коли спортсменка виконує після розминочних підходів вправи з різною інтенсивністю і кількістю повторень у підході. Наприклад, ліфтерша виконує підхід з 50% на 6 повторень, потім 60% на 5 повторень і потім цільову роботу з 75% в 4 підходах по 5 повторень. Таким чином, вона тренує, як швидкість, так і силу. Важливо зауважити, що такий підхід передбачає, що спортсменка не підвищуватиме кількість повторень в наступних підходах і не знижуватиме інтенсивність.

Пік сили – один з ключових циклів, які, зазвичай, виконуються перед змаганнями, щоб підвести спортсмена до максимального ККД на 1 повторення в змагальному русі. Даний цикл передбачає виконання великої кількості синглів, аж до 90% від ПМ. Взагалі, даний цикл передбачає роботу в діапазоні 70–90% і в кількості повторень від 4 до 1. В цей період, в основному, використовують вправи з арсеналу спеціальної фізичної підготовки. Очевидно, що перед циклом по виходу на пік сили повинен йти силовий цикл, а не цикл на витривалість, оскільки витривалість і сила є якостями антагоністами [8].

Рекомендований силовий цикл для жінок-пауерліфтерів на початковому етапі занять.

Тренування № 1.

Присідання зі штангою (60-75%) – 4 підходи по 4-6 повторень.

Силовий жим (40-45%) – 3 підходи по 4-6 повторень.

Фронтальні присідання (45-55%) – 4 підходи по 4 повторення.

Жим гантелей лежачи (40%) – 3 підходи по 4-6 повторень.

Розгинання на блоці (55%) – 2 підходи по 6 повторень.

Тренування № 2

Станова тяга сумо (50-65%) – 5 підходів по 4-5 повторень.

Силовий жим лежачи (35%) – 3 підходи по 4-6 повторень.

Нахили зі штангою (65%) – 4 підходи по 4 повторення.

Жим стоячи (55-65%) – 3 підходи по 4-6 повторень.

Тренування № 3

Присідання зі штангою (35–50%) – 3 підходи по 4-6 повторень.

Жим лежачи (65-75%) – 4 підходи по 4-6 повторень.

Присідання сумо (40%) – 4 підходи по 4 повторення.

Французький жим лежачи (50%) – 3 підходи по 6 повторень.

Розгинання ніг (55-70%) – 4 підходи по 4-6 повторень.

Висновки та перспективи. Заняття пауерліфтингом – ефективна форма впливу на організм жінки, спрямована на позитивну зміну її фізичного потенціалу і досягнення інших важливих цілей фізичного виховання і самовиховання. В результаті систематичних тренувань в організмі відбуваються морфологічні і фізіологічні зміни, що дозволяють розширити функціональні можливості практично всіх органів і систем, удосконалити регуляторні механізми. Якщо не займатися пауерліфтингом професійно, то можна використовувати його для коригування своєї статури, базові навантаження допоможуть «спалити» необхідну кількість калорій і збільшити силові показники.

В перспективах наших подальших досліджень аналіз новітніх програм і методик тренувань, розробка методичних рекомендації для жіночого пауерліфтингу з урахуванням індивідуальних цілей і поставлених завдань як спортивно-тренувального так і оздоровчого спрямування.

Список літератури:

1. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Юрий Виталиевич Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
2. Воробьев А.Н. Тренировка, работоспособность, реабилитация / Аркадий Никитович Воробьев. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 272 с.
3. Кириченко Т.Г. Тренажери в системі силового тренування студентів ВНЗ / Т.Г. Кириченко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017. –№ 1. – С. 156–159.
4. Кириченко Т.Г. Особливості побудови тренувального процесу спортсменів-пауерліфтерів різної спортивної кваліфікації / Т.Г. Кириченко // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнгка. – 2017. – Вип. 10. – С. 222–230.
5. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – К.: Олим. л-ра, 1999. – 318 с.
6. Олешко В.Г. Моделювання процесу підготовки та відбір спортсменів у силових видах спорту [монографія] / В.Г. Олешко. – К.: Полімед. – 254 с.
7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов // Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимп. л-ра, 2004. – 808 с.
8. Стеценко Л.І. Пауерліфтинг / А.І. Стеценко // Теорія та методика викладання: навч. посіб. для студентів ВНЗ. – Черкаси: вид-во Черкаського національного університету, 2008. – 460 с.
9. Шейко Б.И. Пауэрлифтинг: настольная книга тренера / Б.И. Шейко. – М.: Спорт сервис, 2003. – 532 с.
10. Kettles M. Women health and fitness guide / M. Kettles, C Cole, B. Wright. Champaign Human Kinetics, 2007. – 204 p.
11. Kraemer W.J. Optimizing strength training: designing nonlinear periodization workouts. / W.J. Kraemer, S.J. Fleck. – Champaign Human Kinetics, 2007. – 246 p.

Кириченко Т.Г.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий педагогический университет
имени Григория Сковороды»

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОСТРОЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ЖЕНСКОМ ПАУЭРЛИФТИНГЕ

Аннотация
У статье рассматриваются особенности построения спортивной тренировки в женском пауэрлифтинге. Анализируются теоретико-методические аспекты проблемы. Раскрываются основные методические подходы и даются рекомендации для спортсменок начального уровня. Отмечается актуальность вышеупомянутых вопросов. Предлагается простая, но в то же время эффективная методика тренировок.
Ключевые слова: пауэрлифтинг, силовые виды спорта, силовые циклы, спортивна тренировка, программа занятий.

Kyrychenko T.G.
SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskiy Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PRINCIPLES OF SPORTS TRAINING IN WOMEN'S PAVERLIFTING

Summary
The article discusses the features of the construction of sports training in the women's powerlifting. Analyzed the theoretical and methodological aspects of the problem. The basic methodological approaches are revealed and recommendations are given for entry-level female athletes. Notes the relevance of the above issues. A simple but at the same time effective training method is proposed.
Keywords: powerlifting, power sports, power cycles, power sports training, training program.

УДК 796.355.032.2(091)

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ХОКЕЮ НА ТРАВІ НА ТЕРЕНАХ УКРАЇНИ (1974-2019 РР.)

Кривенко Ю.О., Курочкін В.Г.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

Хокей на траві – одна з найбільш древніх спортивних ігор. Поява на Європейському континенті ігор, схожих з хокеєм, історики пов'язують з пануванням римлян. Римські воїни принесли з Греції паганіку – гру зігнутою палицею і м'ячем, обтягнутим шкірою і набитим пір'ям. У сучасному вигляді хокей на траві з'явився у XIX ст. в Англії. Базою розвитку були школи та університети. До 60-х рр. XX ст. в Україні хокей на траві не був популярним видом спорту і не розвивався. Лише у 1969 р. були зіграні перші матчі між чоловіками, а перші жіночі команди з'явилися у кінці 70-х рр. XX ст.
Ключові слова: хокей на траві, турнір, історія, спортивні ігри, спортивне товариство.

Постановка проблеми. До 60-х років XX століття хокей на траві в Україні належного розвитку не отримав. Лише в 1969 р. в цю гру почали грати чоловіки, а перші жіночі команди з'явилися в кінці 70-х рр. XX ст. Починаючи з московської Олімпіади (1980 р.), до програми ігор були включені змагання серед жіночих команд. Збірні команди СРСР (жіноча і чоловіча) вибороли бронзові нагороди Олімпійських ігор у Москві (1980 р.), чим започаткували масовий розвиток цього виду спорту і в Україні, тому що до складу збірних СРСР входили й українські спортсмени.

Подальший розвиток хокею на траві в Україні хронологічно збігається із здобуттям нею незалежності. З 1992 р. під егідою Федерації хокею на траві почали регулярно проводитися чемпіонати України як серед жіночих, так і серед чоловічих команд. Першим чемпіоном України серед чоловіків стала команда "Зубр-СДЮШОР" (м. Чернівці), а серед жінок – "Колос" (м. Бориспіль). Ці команди є гордістю країни.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогоднішній день питання виникнення та розвитку хокею на траві в Україні досліджено частково. Опрацювання літературних джерел дало змогу визначити, що короткі історичні відомості про гру містяться у підручних, збірниках, періодичних виданнях, але вони висвітлюють тільки окремі аспекти даної проблематики.

Мета статті. Аналіз та узагальнення даних літературних джерел щодо особливостей розвитку хокею на траві на теренах України.

Виклад основного матеріалу. Чернівецькі спортсмени вважаються першими гравцями з хокею на траві в Україні. Запровадив цей вид спорту на території України в 1974 р. тренер ДЮСШ № 3 суддя всесоюзної категорії Вадим Володимирович Янушевський.

Першою командою з хокею на траві в Україні були гравці «Університету» (м. Чернівці). Команда була створена у 1974 р. у Чернівецькому державному університеті. Перший успіх її припав на 1977 р., коли студенти стали переможцями першого чемпіонату республіки. Цей успіх вони повторили у 1978 і 1980 рр. У 1979 р. команда стала переможцем першої Спартакіади України. Гравці «Університету» входили в основу збірної команди республіки на VII-й Спартакіаді народів СРСР (зайняли 8-ме місце). У чемпіонаті СРСР 1981 р. збірна зайняла 4 місце, а у 1982 р. – 3-тє місце і реально претендувала на вихід у вищу лігу радянського хокею на траві.

У 1983 р. гравці команди «Університет» захищали честь області на VIII Спартакіаді України і зайняли 2-ге місце [6]. Чотири гравці команди були кандидатами в збірну команду України для участі в VIII Спартакіаді народів СРСР, а захисник команди С. Джавакян – кандидатом у молодіжну збірну СРСР. Цього ж року команда «Університет» (м. Чернівці) стає переможцем чемпіонату СРСР з хокею на траві серед команд першої ліги і отримує право грати у вищій лізі.

У 1985 р. команда «Університет» (м. Чернівці) зайняла 6-те місце в вищій лізі СРСР [7]. Наступний рік для команди «Університет» був знаменним тим, що шість її гравців в складі збірної України стали срібними призерами IX літньої Спартакіади народів СРСР. Тренеру збірної та наставнику «Університету» О.С. Водоп'янову за досягнення цього успіху було присвоєно звання «Заслужений тренер України», а п'яти гравцям – звання «Майстер спорту СРСР» [8].

Датою народження хокею на траві у Кривому Розі прийнято вважати 16 квітня 1976 р. У цей день на стадіоні «Металург» відбулося перше тренування команди, на якому були присутні дві особи – тренер Казимир Григорович Драчук і гравець Сергій Панасенко. На цьому тренуванні К.Г. Драчук перевірив швидкісні якості гравця. Отримані результати влаштували тренера, за його словами команда почала своє існування і він вірить в її подальші успіхи.

На наступному тренуванні займалося троє спортсменів. До Сергія Панасенка добавилися Сергій Воробйов і Сергій Мішуровський. Завдяки ентузіазму цих людей у місті з'явилася команда СК «Богатир». Головний тренер К.Г. Драчук ніколи не займався цим видом спорту. Він був майстром спорту з альпінізму та морського триборства, але взявся за цю справу.

Криворізька команда СК «Богатир» в різні роки мала назви «Авангард», «Автомобіліст», «Спартак».

Кращими гравцями команди за цей період були: Ю. Тоцький, Л. Ященко, С. Панасенко, В. Королюк, І. Басистий, А. Фомін, О. Добін, В. Ніколаєнко, а також тренер команди В. Щипаков. Всі гравці були членами першої збірної України у 1979 р.

© Кривенко Ю.О., Курочкін В.Г., 2019

Команда брала участь у чемпіонаті СРСР першої ліги (1985-1986 рр.) Після закінчення сезону фінансування команди майже припинилося. Для того щоб зберегти хокей на траві в Кривому Розі у ДЮСШ № 3 при ДСТ «Спартак» було відкрито відділення хокею на траві. Директором ДЮСШ був Воробйов Володимир Павлович. До тандему тренерів К.Г. Драчуку та А.М. Ханкішиєву добавилися молодші колеги Юрій Тоцький та Сергій Панасенко. Спочатку в складі команди грали молоді гравці, тому результати з'явилися пізніше. У 1988 р. команда ДЮСШ № 3 зайняла 4-те місце у чемпіонаті України серед юнаків 1972-1973 р.н. Паралельно з тренерською діяльністю Сергій та Віталій Панасенки виступали за команду вищої ліги «КЕЗФОЖ» (Калинівка). У цьому чемпіонаті С. Панасенко став кращим бомбардиром команди. Він ввійшов в список 22-х кращих хокеїстів України і отримав звання майстра спорту України.

У 1995 р. збірна Дніпропетровської області стала чемпіоном України (1980-1981 р.н.). Кращими гравцями турніру визнаний В. Зиков, а кращим бомбардиром став Д. Ульїхін (5 голів). У наступному році гравці команди 1979-1980 р.н. перемогли у всіх зустрічах та не пропустили жодного м'яча.

Відігравши один сезон в команді вищої ліги «КЕЗФОЖ» (Калинівка), Д. Ульїхін, В. Васич, А. Гринь, С. Панасенко та В. Панасенко дебютували в складі іншої команди «Аваль» (Кіровоград).

У 2005 р. на чемпіонаті Європи серед юнаків до 18-ти років збірна України під керівництвом С.Панасенка виборола бронзові медалі. У складі збірної виступали вихованці Криворізького хокею на траві: В. Панасенко, Д. Коршунов, К. Коршунов, А. Кочуєвський.

У 2005-2006 рр. ХК «ККНАУ-КРАУСС» (Кривий Ріг) дебютував у чемпіонаті України серед команд вищої ліги. До того часу команда з Кривого Рогу грала лише в перехідних іграх. Гравцям вдалося показати такі результати завдяки підтримці керівників Криворізького коледжу НАУ. Директором установи був Андрусевич Анатолій Олександрович. Кращими результатами команди є: фіналіст Кубку України – 2012 р., бронзовий призер Кубку України – 2011 р. [4].

Історія шосткінського хокею на траві розпочалася у 1978 р. у колективі фізкультури шосткінського заводу «Імпульс». Під керівництвом тренера Щербака, зібралися молоді 18-20-річні хлопці, які раніше займалися іншими видами спорту та стали освоювати ази хокею на траві.

Перша команда м. Шостки з хокею на траві називалася «Зеніт», на честь спортивного товариства, яке об'єднувало підприємства оборонної промисловості, в тому числі й завод «Імпульс». Завдяки тому, що команд на Україні було мало, «Зеніт» став займати призові місця в чемпіонатах України. На Спартакіаді України також вдало виступила збірна Сумської області (3 місце). До основного складу збірної входили гравці команди «Зеніт». Так в Шостці зародився хокей, і як виявилося згодом, цей вид спорту став дуже популярним у місті.

На комбінаті «Свема» спортом керував Григорій Пірякін. Побачивши хороший потенціал для досягнення високих результатів, він запросив всю команду, на чолі з тренером Федоренко Олександром Михайловичем, перейти в спортклуб «Свема». Звідси починається історія хокейної команди «Свема» м. Шостка. До гравців колишньої команди додалися гравці спортклубу «Свема», які займалися хокеєм з шайбою, це воротар Поповченко Віктор, півзахисник Ковалько Віктор, Петренко Сергій. Команда починає серйозно готуватися і у 1980 р. команда «Свема» Шостка, вигравши відбірковий турнір, виходить в першу лігу СРСР. Це друга команда з України, слідом за «Університетом» (Чернівці), яка взяла участь в першій лізі СРСР [3].

Після виходу команди до першої ліги, почався бурхливий розвиток хокею на траві на Сумщині. У ДЮСШ «Свема» створили відділення хокею на траві, де займалося більше 60 дітей. Трибуни стадіону заповнювалися повністю. Вболівальники приходили підтримати свою команду з сурмами, барабанами, прапорами. Всі шосткинські команди в ігрових видах спорту славилися своїми бійцівськими якостями, жагою до боротьби і непоступливістю, і команда з хокею на траві не була виключенням. Це був дуже незручний суперник для багатьох команд.

У команду були запрошені і представники інших регіонів. У команді грали Панасенко, Мішуровский з Кривого Рогу, Армяновский і Смиков з Маріуполя, Лукашик з Білорусії, Пашаєв з Азербайджану. Багато з них стали знаковими фігурами у хокеї на траві в своїх регіонах. Так Анатолій Лукашик відповідає за молодіжну збірну Білорусі, Пашаєв – тренер національної збірної Азербайджану, Сергій Панасенко – провідний фахівець з хокею на траві в Дніпропетровській області, тренер команди вищої ліги України КРАУСС Кривий Ріг. З відкриттям в ДЮСШ «Свема» відділення хокею на траві, для команди майстрів стала рости гідна зміна. Шосткинська команда завжди робила ставку на своїх вихованців. Великий внесок у розвиток дитячого хокею внесли тренери Дмитренко Станіслав Єгорович, Дворкін Олег Віталійович, Кореньок Володимир Григорович. Найкращий результат був досягнутий у 1988 р. командою юнаків 1974-75 рр. народження під керівництвом Дворкіна О.В. і Коренька В.Г. Ця команда стала чемпіоном Радянського Союзу.

Перші роки в чемпіонатах незалежної України «Свема» займала місця не вище шостого, але за три-чотири роки юні хокеїсти стали давати бій грандам. Кращий результат команда «Свема» Шостка показала у 1994-1995 рр. (3 місце). Гравці того складу отримали звання майстрів спорту України.

Досягнення хокею на траві в м. Шостка пов'язане з ім'ям Федоренка Олександра Михайловича, який з невеликими перервами очолював команду майстрів майже двадцять років, був директором ДЮСШ «Свема». Становлення, розквіт і зрілість команди пройшло з ним, а коли настали найважчі часи, коли всі від неї відмовилися, він створив новий колектив і досяг з цим колективом успіху. Після його смерті (2006 р.) справу продовжили молоді тренери: Яковенко Ігор Іванович, Янушкевич Олександр Петрович, Альоша Віктор Миколайович, Алісов Олексій Олександрович, які підтримали славні традиції ДЮСШ «Свема». Команди під їх керівництвом в різні роки става-

ли чемпіонами та призерами першостей України серед юнаків різного віку.

Вихованці ДЮСШ «Свема» стали майстрами спорту України і багаторазовими чемпіонами України: Козило Валентин, Махатков В'ячеслав, Лозинський Андрій, Поповченко Артем, Потєєв Олексій, Петров Олексій, Носенко Дмитро, Беляснік Олег, Захарченко Дмитро, Епік Сергій, Єкименко Євген. Мохотков В'ячеслав, Поповченко Артем і Носенко Дмитро – є гравцями національної збірної команди України. Єкименко Євген гравець молодіжної збірної команди України U-18. До речі Махатков-капітан «Олімпіка» (м. Вінниця). Лупа Дмитро – гравець команди «Олімпія-Колос-Секвойя» (м. Вінниця). На сьогоднішній день вихованці школи продовжують славні традиції своїх старших товаришів. Хороші результати показують команди різних вікових груп.

Команда «Свема» м. Шостка три рази ставала чемпіоном України з індорхокею (1993, 1994, 1995 рр.). Склад команди триразових чемпіонів України з індорхокею: Анатолій Науменко, Андрій Анодін, Юрій Костюченко, Дмитро Долгоруков, Олександр Янушкевич, В'ячеслав Осипенко, Валентин Козило, В'ячеслав Махатков, Олег Зенченко, Олександр Лакоза, Анатолій Стригуненко, Юрій Мірошниченко, Василь Кравченко, Володимир Павлюченко, Юрій Суковатий.

Вагомий внесок у розвиток хокею на траві в Україні зробили хокеїсти з Вінниці. Перша команда з хокею на траві у м. Вінниця була створена у 1981 р. на базі факультету фізичного виховання Вінницького державного педагогічного інституту [15].

У 1982 р. команда виграла 1 місце в чемпіонаті України серед студентських колективів і перемогла у відбірковому турнірі за право виступати в чемпіонаті СРСР серед команд І ліги. У цих змаганнях команда брала участь з 1986 по 1991 рр. Найкращі досягнення – бронзові медалі 1991 р.

На IX літній Спартакіаді народів СРСР збірна команда України виборола срібні нагороди. Вінницьким гравцям Генадію Кожедубу, Володимиру Крестову, Олександру Осьмаку, які були членами збірної, присвоєно звання майстрів спорту СРСР.

Найбільших здобутків вінницькі хокеїсти досягли у Національних чемпіонатах України: бронзові медалі 1992 р.; срібні – 1993 р. та 1994 р. П'ять разів поспіль з 1995 по 1999 рр. чемпіонами України ставала команда «Олімпік» (м. Вінниця), яку очолював заслужений тренер України В.М. Костюкевич. У 2003 р. команда «Олімпік» (м. Вінниця) стала срібним призером чемпіонату України. Цього ж року команда «Олімпік» став чемпіоном II-х літніх спортивних ігор України. У 2005 р. команда «Олімпік» виборює на чемпіонаті України срібні нагороди [3].

Успіхи вінницьких хокеїстів не були випадковими. Створення дитячо-юнацьких команд на Вінниччині сприяло підготовці гравців найвищого рівня. Безумовно, в цьому заслуга ентузіастів хокею на траві Віктора Костюкевича та Павла Мазура. У м. Вінниці неодноразово проводилися всеукраїнські юнацькі змагання з хокею на траві, що дало змогу підготувати надійну зміну для команд майстрів.

У 1997 р. вінницька команда виборола золоті нагороди першого південно-східного чемпіонату Європи в м. Афіни (Греція). У тому ж році в Стокгольмі (Швеція) були завойовані срібні медалі Кубку європейських чемпіонів серед команд дивізіону «С», третє місце в Кубку європейських чемпіонів з індорхокею серед команд дивізіону «С» (м. Будапешт, Угорщина). У 2000 р. гравці команди "Колос-Секвойя" (м. Вінниця) виграли золоті нагороди в Кубку європейський чемпіонів дивізіон «С» (м. Албена, Болгарія). У 2002 р. вони стають переможцями Кубку Челенджер з індорхокею. Ці змагання проходили в м. Софія (Болгарія).

Флагманом України з хокею на траві та базовою командою збірної України з хокею на траві та індорхокею є чоловіча команда ХК «Колос – Секвойя» м. Вінниця.

Сучасна історія клубу «Колос-Секвойя» почалася в 1998 р., коли з випускників спеціалізованої ДЮСШ «Нива» (Вінниця) була організована команда з хокею на траві "Колос". Заснував команду нинішній головний тренер Мазур Павло Михайлович [3].

Свої амбіції команда підтвердила вже в перший рік існування, взявши «срібло» чемпіонату України. З 1999 р. і по сьогоднішній день – це безумовний «золотий» лідер Українського чемпіонату. У 2002 р. у команди з'являється постійний спонсор – фірма «Секвойя», що дало новий поштовх у розвитку. На базі команди організовується спортивний клуб «Колос-Секвойя», президентом якого стає директор ТОВ «Секвойя» Волков Ігор Львович.

Сьогодні ХК «Колос-Секвойя» досяг найвищих спортивних результатів в Україні. У Вінниці працює спортивна школа ОСДЮШОР «Олімпія», де безкоштовно займається понад 200 дітей.

За плечима наших хокеїстів безліч нагород і призових місць – вони по праву входять до еліти українського і європейського хокею на траві. Про високий міжнародний клас команди говорить 25 місце Української збірної в світовому рейтингу (усього 88 країн-учасниць на липень 2018 р.). Спортивна база клубу одна з кращих в Україні. Сьогодні спеціально для цього виду спорту у Вінниці обладнано сучасний стадіон зі штучним газоном, де можна проводити ігри міжнародного рівня. Активно триває доведення до європейських стандартів і решти спортивної інфраструктури.

Успіхи вінницького хокею на траві пов'язані з іменами заслужених тренерів України Віктора Костюкевича та Павла Мазура, тренерів вищої категорії Олександра Перепелиці, Олександра Реви, Василя Півнюка та інших.

Вони підготували плеяду майстрів спорту СРСР та України: Валерія Левчука, Володимира Курбатова, Юрія Біліченка, Андрія Швеця, Володимира Луцинкевича, Володимира Головка, В'ячеслава Махаткова, Юрія Мазура, Володимира Поліщука, Валерія Сергеєва, Олександра Андреєва, Руслана Пашковського, Сергія Супруна, Миколу Косянчука, Максима Перепелицю, Михайла Крикуса, Віталія Лисого, Артема Поповченко, Віталія Кусяку, Володимира Будяка, Валерія Чебаненка, Олександра Гончарука, Олега Кардаша, Юрія Комара, Юрія Мороза, Михайла Бобрука, Олександра Дяченка та інших.

У Київський області теж грали в хокей на траві. У 1981 р. була створена одна з перших чоловічих команд в Україні – «Іскра» (м. Васильків). Через рік вона вийшла у першу лігу класу «А» СРСР, а у 1983 – у вищу лігу. У 1991 р. «Іскра» (м. Васильків) виборола срібні медалі Чемпіонату СРСР.

Приділяли увагу розвитку хокею на траві і на Черкащині. У 1982 р., за ініціативою Івана Луценка, вперше на Черкащині з'явився цей олімпійський вид спорту. Займаючи посаду голови обласної ради спортивного товариства «Трудові резерви» Іван Луценко сприяв розвитку гри. У начальних закладах міста опановували ази з хокею на траві. Спочатку ним займалися лише дівчата. Перша команда ДСТ «Трудові резерви» була заснована у 1982 р. на базі СПТУ № 8. Наступного року під керівництвом В.І. Назаренка команда дебютувала на всеукраїнських змаганнях та Спартакіаді України. На базі Черкаського педагогічного інституту та ПТУ почали займатися і хлопці. Першими вагомими досягненнями стали перемога дівчат у 1988-1991 рр. у чемпіонаті України та СРСР серед дівчат (тренери В.І. Назаренко, А.Г. Бухольський). У 1993 р. жіноча команда перемогла на представницькому міжнародному турнірі в Лозанні (Швейцарія). Жіноча команда з хокею на траві в залах «Славутич» (м. Черкаси) три рази виборювала золоті медалі чемпіонату України (1993, 1994, 1995 рр.).

У 1996 р. чоловіча команда «СДЮСШОР-Динамо» дебютувала у Чемпіонаті України серед команд вищої ліги (тренери А.Г. Ліхацький, А.Г. Бухольський). З 1999 по 2001 рр. команда «СДЮСШОР-Динамо» – бронзовий призер Чемпіонату України серед чоловічих команд вищої ліги та бронзовий призер Чемпіонату України з хокею на траві в приміщенні. Чоловіча команда «Спартак – СДЮШОР» (м. Черкаси), три рази виборювала бронзові медалі Чемпіонату України [3].

У 2007 р. за підтримки мецената Логінова Віталія засновано федерацію хокею на траві Черкаської області. Президентом обрано Саєнко О.М. Цього ж року створено команду «Лекс-Навігатор», а збірна Черкаської області виборола бронзові нагороди на всеукраїнських спортивних іграх (тренери О.М. Саєнко, А.Г. Бухольський). У наступному році команда «Лекс-Навігатор» виграє бронзові нагороди Чемпіонату України серед чоловічих команд вищої ліги [4].

У 2015 р. президентом федерації хокею на траві в Черкаській області обраний Логінов Віталій. За сприяння федерації створений спортивний клас для занять дівчат, а також жіноча команда з хокею на траві (тренери О.О. Логінова, К.М. Несен). Цього ж році збірна команда Черкаської області виборола третє місце в Чемпіонаті України серед чоловічих команд вищої ліги та стала срібним призером кубку України з хокею на траві (збірна команда Черкаської області отримала право грати у клубному чемпіонат європи в групі «Челенджер IV» м. Кордін, Мальта). Також в цьому році було проведено перший кубок Черкас з індорхокею, в якому взяло участь сім команд. У 2016 р. збірна команда Черкаської області виграла бронзові медалі Чемпіонату України серед чоловічих команд вищої ліги та стали срібним призером кубку України з хокею на траві (тренери О.М. Саєнко, А.Г. Бухольський) [4].

Висновки. Проведені нами дослідження виникнення та розвитку хокею на траві впродовж 45 років існування цієї гри на теренах України дали змогу зробити висновки:

1. Першою командою з хокею на траві в Україні була «Університет» (м. Чернівці). Вона була створена у 1974 р. в Чернівецькому державному університеті.

2. Розвиток хокею на траві в Україні хронологічно збігається здобуттям нею незалежності. З 1992 р. під егідою Федерації хокею на траві почали регулярно проводитися чемпіонати України як серед жіночих, так і серед чоловічих команд.

3. Головними осередками розвитку хокею на траві в Україні є Вінницька, Київська, Сумська, Чернівецька, Дніпропетровська, Черкаська області.

Список літератури:

1. Бельский Ю.А. С прицелом на Олимпиаду. Хокей на траве 1978 г. / Бельский Ю.А. // Издательство «Ульяновская правда». – 1978. – С. 53–61.
2. Вайн Хорст. Хоккей на траве. Техника и тактика / Х. Вайн. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.
3. Курочкін В.Г. Правила з хокею на траві / В.Г. Курочкін, О.О. Борисов, Г.В. Курочкін. – Київ: Ювента, 2011. – 138 с.
4. Курочкін В.Г. Хокей на траві: теоретичні та організаційно методичні аспекти: навч. посіб. / В.Г. Курочкін, Ю.О. Кривенко, В.В. Погребний. – Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я.М., 2017. – 136 с.
5. Лейкин А. Хоккей на траве / Лейкин А. // Физкультура и спорт. – 1979. – № 2 – С. 23–32.
6. Савин В.П. Теория и методика хоккея: учебник для студ. высш. учебных заведений / В.П. Савин. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 400 с.
7. Сосновский И. Вне игры / Сосновский И. // Журнал Физкультура и спорт. – 1984. – № 9.
8. Тюлюбаев С.В. Хоккей на траве. Программа соревнований. VIII Летняя Спартакиада народов СССР / Тюлюбаев С.В. // Физкультура и спорт. – № 1. – 1983. – С. 3–12.
9. Тюлюбаев С.В. Хоккей на траве. Программа соревнований / Тюлюбаев С.В. // Физкультура и спорт. – 1984. – № 1. – С. 8–22.
10. Федотова Е.В. Хоккей на траве. Азбука спорта / Е.В. Федотова. – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 279 с.
11. Федотова Е.В. Хоккей на траве: состояние, тенденции развития, перспективы: Метод. разработка. – М.: ФХТР, 2004. – С. 2–25.

Кривенко Ю.А., Курочкин В.Г.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ХОККЕЯ НА ТРАВЕ НА ТЕРРИТОРИИ УКРАИНЫ (1974-2019 ГГ.)

Аннотация
Хоккей на траве – одна из самых древних спортивных игр. Появление на Европейском континенте игр, сходных с хоккеем, историки связывают с господством римлян. Римские воины принесли из Греции Паганика – игра согнутой палкой и мячом, обтянутым кожей и набитым перьями. В современном виде хоккей на траве появился в XIX в. в Англии. Базой развития были школы и университеты. До 60-х гг. XX в. в Украине хоккей на траве ни был популярным видом спорта и не развивался. Лишь в 1969 году. Были сыграны первые матчи между мужчинами, а первые женские команды появились в конце 70-х гг.
Ключевые слова: хоккей на траве, турнир, история, спортивные игры, спортивное общество.

Krivenko Y.O., Kurochkin V.G.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

FEATURES OF DEVELOPMENT OF HOCKEY ON HONEY ON TERRITORIES OF UKRAINE (1974-2019 YEARS)

Summary
The field hockey is one of the most ancient sports games. The appearance on the European continent of games similar to hockey, historians associate with the domination of the Romans. The Roman soldiers brought a Pagan from Greece – a game with a bent stick and a ball covered with leather and stuffed with feathers. In the modern form, field hockey appeared in the XIX century in England. Schools and universities were the basis for development. Until the 1960's. In Ukraine, field hockey was not a popular sport and did not develop. Only in 1969 were played the first matches between men, and the first women's teams appeared in the late 70's.
Keywords: hockey, tournament, history, sports games, sports society.

УДК 796.011

КОРЕЛЯЦІЙНИЙ АНАЛІЗ КОМПОНЕНТІВ РУХОВОЇ СИСТЕМИ ТА ПІЗНАВАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Пивовар А.А.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

У статті висвітлені результати кореляційного аналізу фізичного і психофізіологічного стану дітей старшого дошкільного віку, виявлені взаємозв'язок і взаємозалежність показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціональних можливостей і пізнавальних здібностей. Досліджено, що найбільша кількість достовірних (P<0,05) взаємозв'язків виявлена у хлопчиків 5 років, хоча найбільша кількість взаємозв'язків показників фізичних і пізнавальних здібностей виявлена у дівчаток 6-річного віку. Всі пізнавальні здібності мають значущі кореляційні взаємозв'язки з показниками фізичного розвитку, фізичної підготовленості, психофункціонального стану.
Ключові слова: кореляційні зв'язки, рухова система, пізнавальні здібності, діти старшого дошкільного віку.

Постановка проблеми. Сьогоднішні дошкільники складатимуть більшу частину потенціалу України першої половини XXI століття. Тому навчання, виховання і розвиток підростаючого покоління в нашій країні є однім з найважливіших державних завдань, що відзначено в основних державних документах: Державна національна програма «Освіта (Україна XXI століття)» (1994 р.); Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (2008); Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2004 р.), Закон України «Про дошкільну освіту» (2001 р.), Базовий компонент дошкільної освіти в Україні (2012 р.) та ін. [5; 7].

Відомо, що дошкільний вік – це період, коли відбуваються найбільш інтенсивні процеси росту і розвитку організму, формування особистості дитини. Саме в цьому віці закладаються основи

© Пивовар А.А., 2019

майбутнього стану здоров'я, фізичної підготовленості, розумової діяльності людини.

Інтенсифікація сучасного життя, розвиток і впровадження нових технологій в різних сферах суспільства обумовили певні реформи у системі і змісті діяльності освітніх інституцій, в тому числі дошкільних дитячих закладів. Ці реформи пов'язані з раннім навчанням та ускладненням навчальних програм, що вимагає активізації пізнавальної діяльності дітей дошкільного віку, збільшення статичного компоненту, що негативно позначається на стані їх здоров'я. Звідси випливає необхідність впровадження інноваційних педагогічних технологій, які б здійснювали інтегрований вплив на дитину, тобто в процесі рухової діяльності сприяли розвитку пізнавальних процесів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дані багаточислених досліджень [2; 4; 5] свідчать, що для стимулювання пізнавальної активності дітей необхідно спеціально навчити їх раціональному застосуванню розумових дій. Але для того, щоб мислення дитини не набуло беззмістовного, схоластичного характеру, в період передшкільного віку не менш важливим є накопичення сенсорного досвіду, конкретного матеріалу для активної пізнавальної діяльності.

Психологи, педагоги і фізіологи дійшли висновку, що індивідуальні здібності (мислення, сприйняття, уявлення) не варто розглядати ізольовано, без контексту рухового розвитку дитини [1; 5].

Дослідники Е.С. Вільчковський (2004), Н.Є. Пангелова (2013), Н.В. Москаленко (2009) відзначають, що одним із кризових явищ вітчизняних традиційних і авторських систем освіти є розрив між фізичним вихованням й іншими сторонами виховання дітей дошкільного віку, відсутність реальних механізмів, які обумовлюють взаємозв'язок пізнавальної та рухової діяльності у процесі навчання. Суть такої взаємодії полягає у формуванні системи навчання, яка передбачає інтегрований освітній, оздоровчий, загальний виховний ефект як запоруки оптимального розумового і фізичного розвитку дитини, що в наш час є найбільш актуальним. Такий підхід має місце в організації освітньо-виховної роботи в загальноосвітній школі (О.Д. Дубогай (2001), Н.В. Москаленко (2009)), що стосується системи освіти і виховання у дошкільних навчальних закладах, то проблема потребує подальшої розробки, хоча певні напрацювання є (А.А. Пивовар (2005), В.В. Поліщук (2008)).

Системи дитячого організму розвиваються гетерохронно і, як відзначають ряд авторів [5; 6; 7], у цих змінах чітко виявляються сенситивні, чутливі періоди, які є основою для спрямовуючих педагогічних впливів.

У цьому зв'язку вивчення взаємозв'язків показників, що визначають фізичний розвиток, рівень фізичної підготовленості дітей, а також психофізіологічні можливості, є найбільш значущими при розробці вікової системи педагогічних впливів, спрямованих на поєднаний розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5-6-го року життя.

Мета дослідження – виявити та дослідити взаємозв'язок між компонентами рухової системи та пізнавальними здібностями дітей старшого дошкільного віку.

Результати дослідження та їх обговорення. Одним з найбільш важливих питань у даному дослідженні ми вважаємо виявлення взаємозв'язків між фізичними, психофізіологічними і пізнавальними здібностями.

Основними пізнавальними процесами є, як відомо, сприймання, пам'ять, мислення, уява, увага. В першу чергу нас цікавило, чи існує взаємозв'язок між руховою системою дитини та її інтелектуальною сферою. Аналіз кореляційної матриці дозволив встановити наступне.

Аналізуючи кореляційну матрицю рухової системи і пізнавальних здібностей дівчаток 5-річного віку було встановлено, що сприймання корелює (r = 0,47-0,37) з параметрами, які у наших дослідженнях були представлені як складові елементи координаційних, силових і швидкісних здібностей. Крім того, виявлений взаємозв'язок (r = 0,36-0,31) з психофізіологічними показниками (табл. 1).

Короткочасна зорова і слухова пам'ять має взаємозв'язок із силовими здібностями (r = 0,32). Можна говорити і про наявність кореляції з показником простої моторної реакції (r = 0,33).

Таблиця 1

Взаємозв'язок морфофункціональних, психофізіологічних показників і пізнавальних здібностей дівчаток 5 років, n = 19

Показники	Довжина тіла	Маса тіла	ОГК	ІФР	ЧСС абс.	ЧСС відн.	Різн. ЧСС	Затр. дих. на вдосі	Затр. дих. на видосі	PWC170
Сприймання	0,52	-0,12	0,28	0,31	0,35	0,05	-0,51	0,11	-0,06	0,07
Пам'ять	0,36	0,15	0,36	0,06	0,15	-0,03	-0,30	-0,25	-0,44	-0,31
Мислення	0,47	-0,13	-0,35	0,58	0,33	0,35	0,01	0,09	0,20	-0,01
Уява	0,52	0,05	0,25	0,27	0,43	0,32	-0,19	0,02	-0,30	-0,33
Увага	0,30	-0,10	0,12	0,21	0,43	0,33	-0,18	-0,07	-0,30	-0,06
Проста моторна реакц. на світло	0,04	-0,04	0,00	0,05	-0,19	-0,34	-0,23	0,05	-0,03	0,19
Проста моторна реакція на звук	-0,35	-0,07	-0,07	-0,22	-0,29	-0,50	-0,31	0,08	0,21	0,28
Складна моторна реакція	0,06	-0,11	-0,28	0,22	-0,09	0,07	0,27	-0,06	0,07	0,01
Помилка	0,01	0,24	0,19	0,16	0,10	0,01	-0,15	-0,15	-0,12	-0,22
Теппінг-тест	-0,32	0,15	-0,14	-0,23	0,30	0,51	0,30	-0,03	0,07	-0,12

Примітка: r = 0,456 має значення на рівні P<0,05;
r = 0,575 має значення на рівні P<0,01

Мислення є центральною складовою інтелектуальних здібностей. У наших дослідженнях показники образно-логічного мислення знаходяться у взаємозв'язку із гнучкістю (r = 0,52), таким показником координаційних здібностей, як кидки і ловля м'яча (r = 0,31).

У високому ступені (P<0,01) взаємозв'язку перебуває уява із показником силових здібностей – віджиманням від полу (r = 0,46). Відмічена кореляція із простою моторною реакцією на звук (r = 0,44). Крім того, уява перебуває у тісному взаємозв'язку з іншими пізнавальними процесами – пам'яттю (r = 0,57) та сприйманням (r = 0,51).

Що стосується особливостей прояву уваги (продуктивності, стійкості, переключення і розподілу) у дівчаток 5-ти річного віку, то можна відмітити взаємозв'язок з показниками координаційних можливостей (r = 0,32-0,27) і високий ступінь взаємозв'язку з іншими пізнавальними здібностями – сприйманням, пам'яттю, мисленням, уявою (r = 0,55-0,48).

Необхідно відмітити, що крім відмічених взаємозв'язків пізнавальних процесів з фізичними якостями і психофізіологічними показниками виявлена також тенденція до кореляції: мислення і силових здібностей (r = 0,29-0,25), простої моторної реакції на звук (r = -0,28) і складної моторної реакції (r = 0,26); уяви та координаційних здібностей (r = 0,24); уваги та швидкісних здібностей (r = 0,28-0,21).

Аналізуючи кореляційну матрицю рухової системи і пізнавальних здібностей хлопчиків 5-річного віку необхідно відмітити наявність тенденцій, визначених у дівчаток.

У 5-річних хлопчиків виявлений взаємозв'язок морфофункціональних, психофізіологічних показників і компонентів пізнавальних процесів, що дає підставу вважати, що рівень розвитку пізнавальних здібностей у них буде залежати від фізичного розвитку і функціонального стану.

Також можна констатувати, що як і у хлопчиків, так і у дівчат 5-річного віку виявлені взаємозв'язки всіх пізнавальних здібностей з показниками фізичного розвитку, функціонального стану і фізичної підготовленості. Необхідно відмітити, що коефіцієнти значущості у дівчаток і хлопчиків по цим показникам не мають суттєвої різниці.

На 6-ому році життя в структурі рухової системи і пізнавальних здібностей спостерігаються зміни відносно попереднього віку, які можна дослідити проаналізувавши кореляційну матрицю дівчаток 6-річного віку.

Спостерігається зменшення кількості зв'язків та ступеню їх взаємодії між морфофункціональними, психофізіологічними і пізнавальними здібностями дівчаток 6 років, порівняно – з 5-річними. Але, можна стверджувати про наявність взаємозв'язку і взаємозалежності між фізичним розвитком, психофізіологічним станом та пізнавальними здібностями дітей старшого дошкільного віку.

Можна відмітити меншу ступінь гармонії в розвитку структури рухових і пізнавальних здібностей дівчаток цього віку. Що стосується взаємозв'язків показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану, бачимо, що майже всі їх показники мають достовірні взаємозв'язки з пізнавальними здібностями.

У структурі рухової системи і пізнавальних здібностей хлопчиків 6-ти річного віку спостерігаються певні зміни відносно попереднього віку.

Кореляційний аналіз показує, що кількість показників, які мають значущу кореляцію у хлопчиків 6-ти років менша, ніж у 5-річних.

Аналізуючи результати досліджень щодо наявності взаємозв'язків між морфофункціональними, психофізіологічними і пізнавальними здібностями у хлопчиків старшої групи дошкільного закладу нами було виявлене, що сприймання (на рівні P<0,01) корелюється з індексом фізичного розвитку (r = 0,39). Зафіксований також зв'язок (P<0,05) з показником, який характеризує діяльність серцево-судинної і дихальної системи (r = 0,30).

Необхідно відмітити, що кількість значущих взаємозв'язків морфофункціональних, психофізіологічних показників і пізнавальних здібностей у хлопчиків 6 років менша ніж у 5-ти річних, що ймовірно пов'язане з прискореним темпом росту і розвитку, який викликає зменшення ступеня біологічної надійності організму як 6-річних хлопчиків, так і дівчаток.

Висновки. Узагальнюючи викладене, можна відмітити меншу ступінь взаємозв'язків компонентів рухової системи зі складовими пізнавальних процесів у хлопчиків 6 років порівняно з попереднім віком.

Можна відмітити, що найбільша кількість достовірних (P<0,05) взаємозв'язків виявлена у хлопчиків 5 років, хоча найбільша кількість взаємозв'язків показників фізичних і пізнавальних здібностей виявлена у дівчаток 6-річного віку.

Виявлено, що всі пізнавальні здібності мають значущі кореляційні взаємозв'язки з показниками фізичного розвитку, фізичної підготовленості, психофункціонального стану.

Таким чином, наявність значущих кореляційних взаємозв'язків між фізичними здібностями, фізичним розвитком, функціональними можливостями і пізнавальними здібностями у старших дошкільників свідчить про доцільність педагогічних впливів, спрямованих на споріднений розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дитини.

Список літератури:

1. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 2-е вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університет книг», 2004. – 428 с.
2. Дубогай О.Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів: Метод. посіб. для вчит. початк. шк. та фіз. культ., студ., батьків / О.Д. Дубогай, Б.П. Пангелов, Н.О. Фролова, М.І. Горбенко. – К.: Оріяни, 2001. – 152 с.
3. Круцевич Т.Ю. Педагогические условия сопряжённого развития физических и нравственных качеств детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания / Т.Ю. Круцевич, Н.Е. Пангелова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 2. – С. 74-76.
4. Москаленко Н.В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів: десерт. ... доктора наук з ф. в. і с. спец. 24.00.02 – Фіз. культ., фіз. вих. різних груп населення / Н.В. Москаленко. – Дніпропетровськ, 2009. – 454 с.

5. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання: дисерт. ... докт. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 – «Фізична культура, фіз. вих. різних груп населення» / Н.Є. Пангелова. – К., 2014. – 455 с.
6. Пангелова Н.Є. Формування гармонійно розвиненої особистості дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання : [монографія] / Н.Є. Пангелова. – Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О.М., 2013. – 432 с.
7. Пивовар А.А. Поєднаний розвиток фізичних і пізнавальних здібностей дітей 5 і 6 років у процесі фізичного виховання: дис. ... канд. н. ф. в. і с.: спец. 24.00.02 / А.А. Пивовар. – Львів, 2005. – 210 с.
8. Поліщук В.В. Розвиток рухових і розумових здібностей дітей 5-го і 6-го років життя в процесі фізичного виховання засобами дошкільного туризму: автореф. ... дис. канд. фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 «Фіз. культ., фіз. вих. різних груп населення» / В.В. Поліщук. – Львів, 2008. – 21 с.

Пивовар А.А.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ КОМПОНЕНТОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ И ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация
В статье освещены результаты корреляционного анализа физического и психофизиологического состояния детей старшего дошкольного возраста, выявлены взаимосвязь и взаимозависимость показателей физического развития, физической подготовленности, функциональных возможностей и познавательных способностей. Доказано, что наибольшее количество достоверных ($p < 0,05$) взаимосвязей обнаружена у мальчиков 5 лет, хотя наибольшее количество взаимосвязей показателей физических и познавательных способностей обнаружена у девочек 6-летнего возраста. Все познавательные способности имеют значимые корреляционные взаимосвязи с показателями физического развития, физической подготовленности, психофункционального состояния.
Ключевые слова: корреляционные связи, двигательная система, познавательные способности, дети старшего дошкольного возраста.

Pyvovar A.A.
SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskiy Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

CORRELATION ANALYSIS OF THE MOTOR SYSTEM COMPONENTS AND COGNITIVE ABILITIES IN CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE

Summary
The article highlights the results of the correlation analysis of the physical and psychophysiological state of children of senior preschool age, revealed the interrelation and interdependence of indicators of physical development, physical fitness, functional capabilities and cognitive abilities. It has been proven that the largest number of reliable ($p < 0.05$) interrelations was found in boys 5 years old, although the greatest number of interrelations of indicators of physical and cognitive abilities was found in girls 6 years of age. All cognitive abilities have significant correlations with indicators of physical development, physical fitness, psycho-functional state.
Keywords: correlations, motor system, cognitive abilities, children of senior preschool age.

УДК 796.325-051

ВИКОРИСТАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ЗАСОБІВ НАВАНТАЖЕННЯ В ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

Сембрат С.В., Погребний В.В.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

Сучасна гра у волейбол складний вид спорту, який потребує від спортсмена атлетичної підготовки і досконалого володіння техніко-тактичними навичками гри. Фізична підготовка має особливе значення в роботі з волейболістами. Вона є складовою частиною навчально-тренувального процесу. Від рівня розвитку фізичних якостей і здібностей, специфічних для гри у волейбол, залежить оволодіння техніко-тактичними навичками. Чим вищий рівень розвитку спеціальних якостей і здібностей, тим швидше можна оволодіти основами техніки і тактики три. Вплив специфічних для волейболу засобів на всебічний розвиток і функціональний стан організму повністю залежить від рівня оволодіння навичками гри. Отже, щоб навантаження на заняттях було оптимальним, потрібно застосовувати певну кількість загально-розвиваючих і підготовчих вправ.

Ключові слова: навчально-тренувальний процес, фізична і технічна підготовка спортсменів.

Постановка проблеми. Волейбол – популярна гра в багатьох країнах світу. У нашій країні волейбол – один із масових і доступних видів спорту.

Практика свідчить, що вершини спортивної майстерності, як правило, досягають спортсмени, які почали займатися грою з дитячих років. Досконала організація навчально-тренувальної роботи в загальноосвітніх закладах, дитячо-юнацьких школах є передумовою для поповнення збірних команд областей, країни молодими здібними волейболістами. Процес підготовки волейболіста передбачає систему педагогічного впливу на формування особистості дитини та її фізичне виховання. Тому до навчально-тренувального процесу ставляться високі вимоги, які не обмежуються підготовкою спортсменів.

Одночасно з фізичним розвитком і спортивним вдосконаленням необхідно виховувати людину сучасного суспільства. Весь процес підготовки має сприяти патріотичному вихованню, вихованню старанного ставлення до навчання і праці. У процесі навчально-тренувальних занять під впливом фізичних вправ у волейболіста виховуються відповідні вміння і навички. Багаторазове повторення вправ впливає на діяльністьусіх органів і систем.

На різних етапах підготовки волейболіста питома вага навчання і тренування змінюється. У підготовчих і підліткових групах переважає навчання, пов'язане з формуванням багатьох рухових навичок. На даному етапі увагу зосереджують на оволодінні основними знаннями, вміннями і навичками, без яких неможлива успішна спортивна підготовка. Формується основа, на якій у майбутньому стане можливим досягнення спортивної майстерності.

Сучасний спорт вищих досягнень з кожним роком, з кожним олімпійським циклом пред'являє до спортсменів все більш жорсткі вимоги.

Успішність підготовки спортсменів у сучасних умовах залежить від ефективності методів організації, управління та контролю, раціонального застосування сучасних технологій у тренувальному процесі, врахування індивідуальних, вікових, морфофункціональних особливостей, а також біомеханічних характеристик рухових дій [7].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Успіхи сучасного волейболу багато в чому обумовлені динамічним розвитком теорії і методики цього виду спорту. Як свідчать фахівці С.С. Єрмаков [3], Ю.Д. Желєзняк [5], В.А. Запорожанов [6] та інші, рівень майстерності волейболістів сьогодні визначається характером реалізації основних найважливіших складових такого багатогранного педагогічного процесу, яким є спортивне тренування.

Незважаючи на велику кількістьнаукових досліджень в галузі теорії і методики волейболу, у теперішній час ще далеко не вичерпані всі можливі резерви підготовки волейболістів високої кваліфікації. Одним із таких резервів є удосконалення методики фізичної та технічної підготовки спортсменів. У цій області, на жаль, усе ще залишається ряд невирішених проблем. До них, зокрема, можна віднести такі проблеми, як розробка і моделювання раціональних варіантів техніки, підвищення ефективності засобів і методів технічної підготовки та деякі інші. Однак, найважливішою у підвищенні якості навчально-тренувального процесу в цій сфері є проблема удосконалення спеціальної фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації [5].

З огляду на викладене, варто думати, що розробка даного напрямку досліджень є актуальною проблемою сучасної теорії і методики волейболу. Розвиток цієї області знань відкриває нові перспективи в практичному плані підготовки волейболістів.

Мета дослідження за даними літературних джерел визначити можливість застосуванні засобів спеціальної фізичної підготовки волейболістів різної спортивної майстерності.

Виклад основного матеріалу. Підвищення рівня спортивних досягнень викликає необхідність пошуку нових, більш ефективних шляхів спортивної підготовки не тільки за рахунок об'єму й інтенсивності тренувальних впливів, які у даний час досягли максимальних показників, але й за рахунок використання технічних засобів навчання, які сприяють розвитку спеціальних здібностей і, як наслідок, підвищують ефективність підготовки спортсменів.

© Сембрат С.В., Погребний В.В., 2019

Різні способи механічних впливів на руховий апарат використовуються в силовій, швидкісно-силовій та інших видах підготовки спортсменів. Традиційними засобами при цьому є різного роду обтяження (гантелі, гирі, штанга, блоки з вантажами, набивні м'ячі тощо). Останнім часом для цих цілей стали застосовуватися засоби спеціального призначення: взуття та пояси з обтяженням тощо [5]. Однак основні їх недоліки полягають у тому, що тренер і спортсмен, при їх використанні не можуть визначити умови відповідності структури цих вправ біодинамічній структурі модельованих у тренуванні зразків спортивної техніки.

Важлива роль, на думку ряду авторів [1; 6], у вирішенні цих питань відводиться тренажерним пристроям.

Не зменшуючи важливість використання в тренувальному процесі спортсменів різноманітних технічних засобів та тренажерних пристроїв, у теперішній час одним з найсучасніших засобів удосконалення спортивної майстерності є розроблений та запропонований А.М. Лапутіним так званий гіпергравітаційний костюм [8]. Він дозволяє більш чітко, цілеспрямовано й регламентовано і, як наслідок цього, ефективніше вдосконалювати силову структуру техніки різних, у тому числі й координаційно складних спортивних рухів.

Гіпергравітаційний костюм не змінює природну векторну структуру гравітаційних взаємодій і не порушує геометрію мас тіла людини, але стимулює його скелетно-м'язову систему. Це відбувається за рахунок збільшення модуля гравітаційних взаємодій тіла спортсменів і створення таким чином практично будь-якого наперед заданого опору в роботі саме тих м'язових груп, які забезпечують вирішення основної рухової задачі при освоєнні спортсменами кожного конкретного елемента техніки. Процес удосконалення силової структури техніки рухових дій спортсменів може відбуватися безпосередньо з використанням гіпергравітаційного костюма при відеокомп'ютерному контролі програмованих у тренуванні кінематичних характеристик тієї моделі техніки, що у даний момент освоюється спортсменом. Використання такої методики дозволяє суворо регламентувати формування в загальній системі техніки відповідних силових добавок, не тільки не руйнівних, а скоріше навпаки, таких що удосконалюють складну кінематику елементів рухових дій, які вивчаються. Такої досконалості методики досягти в інших умовах поки що сьогодні практично неможливо.

Ефективність використання костюма досягається за рахунок диференційованого розподілу навантаження на окремі біоланки тіла людини. Завдяки цьому при виконанні різноманітних комплексів фізичних вправ чи звичайних природних рухів організм людини може отримувати порівняно незначний загальний фізичний вплив при досить інтенсивній роботі окремих м'язових груп, які переважно забезпечують вирішення тієї чи іншої конкретної рухової задачі.

При цьому, на кожну групу м'язів припадає рівно такий відсоток обтяження, який вона звичайно зазнає при природній гравітації, підтримуючи в рівновазі ту або іншу частину маси всього тіла.

Костюм такої конструкції відрізняється від усіх аналогів тим, що дозволяє найбільш ефективно у звичайних заняттях фізичною культурою і спортом імітувати для людини умови підвищеної гравітації. Це досягається шляхом особливо диференційованого розміщення в тканинах костюма спеціальних обтяжень, орієнтованих щодо основних частин тіла таким чином, щоб створити для найбільших м'язових груп при їх активному скороченні умови гіпергравітаційного силового опору. При цьому збільшуються енерговитрати організму, зростає фізичний вплив не тільки на м'язи, але й практично на всі системи його життєзабезпечення. Завдяки костюму такий вплив фізичних вправ на організм може бути суворо дозовано. Раціональне чергування вправ і відпочинку через деякий час призводить до підвищення рівня загальної функціональної активності організму.

Експерименти з використанням костюма для дослідження його можливостей проводилися автором винаходу разом зі своїми співробітниками протягом багатьох років. Вивчалися можливості корекції гравітаційних взаємодій тіла людини з метою відновлення тимчасово втрачених елементів рухової функції дітей, хворих на різні форми церебрального паралічу, освоєння й удосконалення біомеханічної структури ряду складних рухових дій у спортивному тренуванні стрілків із пневматичного пістолета (А.М. Лапутін [8], В.О. Кашуба [7]), стрибунів у висоту високої кваліфікації тощо, що показало надзвичайно високу ефективність зазначеного методу.

Ефективність застосування гіпергравітаційного костюма була доведена й в ігрових видах спорту, а саме: баскетболі , гандболі й волейболі. Так, зокрема, у баскетболістів і гандболістів зросла силова витривалість, підвищилася точність кидків і передач м'яча. У волейболістів збільшилася сила ударів по м'ячу і покращилися координаційні характеристики рухових дій.

Згідно даних літературних джерел при виконанні загальнорозвиваючих вправ з метою підняття загального тонусу організму, укріплення опорно-рухового апарату можуть використовуватись обтяження від 2 до 5 кг [6], в атлетичній гімнастиці для атлетів вищої кваліфікації рекомендується використовувати костюм вагою від 5 до 12 кг [8], а для вдосконалення швидкісно-силової підготовленості волейболістів високої кваліфікації – до 10% від маси тіла спортсмена.

Гіпергравітаційний костюм спеціальної конструкції був розроблений також для передпольотної гіпергравітаційної підготовки космонавтів [2; 3]. При його створенні використовувалися дані про геометрію мас тіла ряду українських кандидатів у космонавти, що проходять підготовку за Програмою українсько-американського космічного експерименту "Шатл-97".

На думку А.М. Лапутіна [8], найбільш продуктивно результати дослідження можна використовувати в підготовці спортсменів високої кваліфікації. При такому підході вона набуває більш системного, інтегрального характеру. Насамперед це стосується проблем побудови й організації технічної підготовки спортсменів. У теперішній час даний вид підготовки виступає як стрижневий системоутворюючий елемент багатогран-

ної структури дидактичного процесу в спорті, а біомеханічні характеристики спортивної техніки відіграють роль провідних керуючих перемінних параметрів у системі управління цим процесом. Вони фактично є важелем, за допомогою якого тренер може керувати фізичною підготовкою, впливати не тільки на виконавчі органи, але й на системи, які обслуговують руховий апарат. Розвиток функціональних можливостей організму спортсменів у таких умовах не тільки ефективно стимулюється, але й суворо лімітується проявом тих чи інших біомеханічних характеристик рухових завдань у тренувальному процесі.

Висновки. Дослідження показують, що головним принципом спортивного вдосконалення є органічний взаємозв'язок технічної і фізичної підготовки. З усіх біомеханічних структур техніки змагальної діяльності майже в усіх випадках вирішальний внесок у досягнення високих спортивних результатів робить біодинамічна структура рухів. Саме вона лежить в основі всіх причинних механізмів успішної або неуспішної реалізації кожної змагальної рухової дії. Тому першочерговим завданням підвищення технічної майстерності спортсменів є вдосконалювання методики й засобів їх силової підготовки. Силова підготовка при цьому повинна розглядатися не як якийсь особливий вид підготовки, а як невід'ємна частина загальної системи технічної підготовки спортсменів.

Отже, одним із найсучасніших засобів удосконалення спортивної майстерності є розроблений та запропонований А.М. Лапутіним так званий гіпергравітаційний костюм, який дозволяє більш суворо, цілеспрямовано, регламентовано і, як наслідок цього, ефективніше вдосконалювати силову структуру техніки різних, у тому числі й координаційно складних спортивних рухів. Саме тому одним із перспективним напрямком досліджень є проблема застосування цього пристрою в навчально-тренувальному процесі волейболістів різних вікових груп та кваліфікації.

Подальші дослідження будуть спрямовані на розробку засобів навчання захисним тактичним діям та експериментальне обґрунтування їх застосування з метою удосконалення процесу тактичної підготовки юних волейболістів.

Список літератури:

1. Волейбол. Учебник для институтов физической культуры / Под ред. Ю.Н. Клещёва, А.Г. Айриянца. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 270 с.
2. Дрюков В.А. Подготовка спортсменов высокой квалификации в четырехлетних олимпийских циклах / В.А. Дрюков. – К.: «Науковий світ», 2002. – 24 с.
3. Єрмаков С.С. Обучение технике ударных движений в спортивных играх на основе их компьютерных моделей и новых тренажерных устройств: дис. ... д-ра пед. наук: 24.00.01 / Харьковский художественно-промышленный ин-т / С.С. Єрмаков. – Харьков, 1997. – 401 с.
4. Желєзняк Ю.Д. К мастерству в волейболе / Ю.Д. Желєзняк – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
5. Запорожанов В.А., Хоршид Ф.Х. Управление и контроль в тренировке спортсменов: методическое пособие / В.А. Запорожанов, Ф.Х. Хоршид – К.: НУФВСУ, 1994. – 44 с.
6. Кашуба В.А. Биодинамика осанки школьников в процессе физического воспитания: дис. ... д-ра наук по физ. восп. и сп.: 24.00.02 / В.А. Кашуба. – К., 2003. – 436 с.
7. Лапутин А.Н., Уткин В.Л. Технические средства обучения: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / А.Н Лапутин, В.Л. Уткин. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 80 с.

Сембрат С.В., Погребной В.В.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ СРЕДСТВ НАГРУЗКИ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Аннотация
Современная игра в волейбол сложный вид спорта, требующий от спортсмена атлетической подготовки и совершенного владения технико-тактическими навыками игры. Физическая подготовка имеет особое значение в работе с волейболистами. Она является составной частью учебно-тренировочного процесса. От уровня развития физических качеств и способностей, специфических для игры в волейбол, зависит овладения технико-тактическими навыками. Чем выше уровень развития специальных качеств и способностей, тем быстрее можно овладеть основами техники и тактики игры. Влияние специфических для волейбола средств на всестороннее развитие и функциональное состояние организма полностью зависит от уровня овладения навыками игры. Итак, чтобы нагрузка на занятиях была оптимальной, нужно применять определенное количество общеразвивающих и подготовительных упражнений.
Ключевые слова: учебно-тренировочный процесс, физическая и техническая подготовка спортсменов.

Sembrat S.V., Pogrebnoy V.V.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

USE OF SPECIAL LOADING TOOLS IN THE TRAINING PROCESS OF VOLLEYBALLERS

Summary
The modern volleyball game is a complex sport that requires athletic athletic training and a thorough knowledge of the technical and tactical skills of the game. Physical training is especially important in working with volleyball players. It is an integral part of the training process. From the level of development of physical qualities and strengths specific to the game of volleyball, the winning of technical and tactical skills depends. The higher the level of development of special qualities and abilities, the faster you can master the basics of technology and tactics three. The influence of volleyball-specific means for comprehensive development and the functional state of the organism completely depends on the level of fluidity of the game's skills. So, so that the load on the classes was optimal, it is necessary to apply a certain number of general-development and preparatory exercises.
Keywords: training process, physical and technical training of athletes.

УДК 796.332-055.15

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА ОБУМОВЛЕНІСТЬ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАХИСНИХ ТАКТИЧНИХ ДІЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Степаненко В.М.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

В статті представлений аналіз статистично значущих залежностей між показниками ефективності захисних тактичних дій та психофізіологічними особливостями юних футболістів. Встановлені в процесі дослідження факти дають підстави зазначити, що ефективне виконання захисних тактичних дій юними футболістами, очевидно, обумовлюється величиною показника латентного періоду складної реакції. Необхідно відмітити наявність впливу короткого періоду простої реакції на ефективність виконання, перш за все, відборів та протидій. Чим менший період реакції упередження та запізнювання, тим краще юні футболісти виконують захисні тактичні дії. Представлені рекомендації для вдосконалення процесу навчання захисним тактичним діям юних футболістів 11–15 років.
Ключові слова: футбол, психофізіологічні особливості, захисні дії.

Постановка проблеми. Удосконалення спортивної майстерності футболістів – складний багатофакторний процес. В зв'язку з тим, що кожен гравець футбольної команди в силу специфіки умов сучасної гри, поперемінно виконує захисні та атакувальні дії, ефективність гри у захисті та нападі має однакову цінність для кінцевого результату [1; 3; 5].

Напрямки, що стосуються захисних дій та факторів, що обумовлюють їх ефективність у юних футболістів, не висвітлені належним чином, хоч, і очевидно, що через відмінності морфофункціональних та психофізіологічних можливостей, вони можуть значно відрізнятися від показників дорослих спортсменів. Окрім того, при підготовці юних футболістів копіювання методів тренування висококваліфікованих спортсменів з характерним для них арсеналом засобів та методів, є помилковим [4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання дослідження особливостей змагальної діяльності та факторів, що визначають її ефективність, найбільш глибоко вивчені на прикладі атакувальних дій як висококваліфікованих, так і юних футболістів [1; 3; 5]. Багато авторів [3; 5; 6] відмічають великий вплив на ефективність виконання тактичних дій юних футболістів психофізіологічних особливостей (оперативного мислення, швидкості прийняття рішення, об'єму поля зору, швидкості реакції на рухомий об'єкт, врівноваженості психіки, рухливості нервових процесів, об'єму та переключення уваги, здібностей до зміни рішень в необхідний момент тощо).

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. У зв'язку з тим, що важливість психофізіологічних особливостей у наведених вище дослідженнях визначалась в основному по відношенню до атакувальних дій, з'являється необхідність у спеціальних дослідженнях спрямованих на визначення специфічних психофізіологічних особливостей, що обумовлюють ефективність виконання захисних функцій.

Мета статті полягає у визначенні психофізіологічних особливостей, що обумовлюють ефек-

© Степаненко В.М., 2019

тивність захисних тактичних дій і, на цій основі, – удосконалення процесу підготовки юних футболістів.

Методи та організація дослідження. Аналіз літературних джерел та досвіду передової практики, педагогічний контроль, психофізіологічні методи, методи математичної статистики. Дослідження реакцій на рухомий об'єкт проводилось у двох режимах. Тестування у режимі 1 – згідно загальних вимог, а у режимі 2 – передбачало зупинку (натисканням відповідної клавіші) курсору, що рухається по колу, розподіленому на чотири сектори, у момент досягнення ним відмітки на колі. Причому розташування відмітки по секторам постійно змінювалось, а швидкість руху курсору залишалась незмінною.

На першому етапі досліджень основна увага приділялась вивченню стану питання з даної проблеми у науково-методичній літературі, обґрунтований підбір методів та розроблена технологія проведення тестування.

На другому етапі був проведений констатувальний експеримент із визначення психофізіологічної обумовленості ефективності захисних тактичних дій юних футболістів 11-15 років.

Загальна кількість обстежених – 82 спортсмени.

Виклад основного матеріалу. Аналіз результатів констатувального експерименту свідчить про те, що практично всі характеристики, вибрані в якості контрольних, по різному впливають на показники ефективності захисних дій у процесі змагальної діяльності.

Високі статистично значущі кореляційні зв'язки спостерігалися у 12-, 13-, 14- та 15-річних юних футболістів між кращими та середніми показниками латентного періоду складної реакції та всіма показниками ефективності захисних дій, що вивчалися (табл. 1).

Кращий та середній період складної реакції 11-річних спортсменів від'ємно корелював з КЕ (коефіцієнтом ефективності) відборів ($r = -0,67$, $r = -0,65$, $p < 0,05$ відповідно), та з КЕ протидій ($r = -0,73$, $r = -0,71$, $p < 0,05$ відповідно)

Встановлені в процесі дослідження факти дають підстави зазначити, що ефективне виконання захисних тактичних дій юними футболістами, очевидно, обумовлюється величиною показника латентного періоду складної реакції.

Середні показники латентного періоду простої реакції у віці 11 років від'ємно корелюють з КЕ відборів та протидій ($r = -0,58$ та $r = -0,67$, $p < 0,05$ відповідно). У 13 та 14-річних футболістів середні показники періоду простої реакції корелюють з КЕ відборів ($r = -0,55$ та $r = -0,50$, $p < 0,05$ відповідно), а у віці 15 років – від'ємно з КЕ перехоплень та гри головою в захисті ($r = -0,59$ та $r = -0,50$, $p < 0,05$ відповідно).

Середні показники латентного періоду простої реакції у віці 11 років від'ємно корелюють з КЕ відборів та протидій ($r = -0,58$ та $r = -0,67$, $p < 0,05$ відповідно). У 13 та 14-річних футболістів середні показники періоду простої реакції корелюють з КЕ відборів ($r = -0,55$ та $r = -0,50$, $p < 0,05$ відповідно), а у віці 15 років – від'ємно з КЕ перехоплень та гри головою в захисті ($r = -0,59$ та $r = -0,50$, $p < 0,05$ відповідно).

Встановлено в ході досліджень, що у 11-річних футболістів кореляційні залежності спостерігаються також із середнім періодом простої реакції на перші 10 сигналів, та останні 10 сигналів – з КЕ відборів та протидій. Проте у футболістів 12 та 13 років таких залежностей не виявлено. Середній латентний період простої реакції на перші та останні 10 сигналів у 14-ти річному віці корелює з КЕ відборів ($r = -0,52$ та $r = -0,49$, $p < 0,05$ відповідно), а у 15-ти річному – середній латентний період простої реакції на останні 10 сигналів від'ємно корелює з КЕ перехоплень ($r = -0,51$, $p < 0,05$).

Отже необхідно відмітити наявність впливу короткого періоду простої реакції на ефективність виконання, перш за все, відборів та протидій, що опосередковано підтверджує дані деяких авторів [2] про кращі показники латентного періоду простої реакції захисників у порівнянні з гравцями інших амплуа.

Таблиця 1

Кореляційні взаємозв'язки між показниками латентного періоду складної реакції й коефіцієнтами ефективності захисних дій у футболістів 11-15 років

Вік, роки	Показники	Коефіцієнти ефективності			
		відборів	перехоплень	гри головою в захисті	протидій
1	2	3	4	5	6
11	Латентний період складної реакції (кращий)	**-0,67**	-0,37	-0,35	**-0,73**
	Латентний період складної реакції (середнє)	**-0,65**	-0,39	-0,36	**-0,71**
12	Латентний період складної реакції (кращий)	**-0,72**	**-0,69**	**-0,61**	**-0,54**
	Латентний період складної реакції (середнє)	**-0,72**	**-0,68**	**-0,62**	**-0,54**
13	Латентний період складної реакції (кращий)	**-0,73**	**-0,78**	**-0,72**	**-0,78**
	Латентний період складної реакції (середнє)	**-0,71**	-0,49	**-0,76**	**-0,78**
14	Латентний період складної реакції (кращий)	**-0,83**	**-0,76**	**-0,71**	**-0,75**
	Латентний період складної реакції (середнє)	**-0,82**	**-0,74**	**-0,67**	**-0,75**
15	Латентний період складної реакції (кращий)	**-0,69**	**-0,64**	**-0,73**	**-0,67**
	Латентний період складної реакції (середнє)	**-0,76**	**-0,57**	**-0,63**	**-0,62**

Примітки: $p < 0,05$ при $r \geq 0,54$; $p < 0,001$ при $r \geq 0,76$ – 11 років;
$p < 0,05$ при $r \geq 0,48$; $p < 0,001$ при $r \geq 0,72$ – 12 років;
$p < 0,05$ при $r \geq 0,54$; $p < 0,001$ при $r \geq 0,76$ – 13 років;
$p < 0,05$ при $r \geq 0,45$; $p < 0,001$ при $r \geq 0,69$ – 14 років;
$p < 0,05$ при $r \geq 0,49$; $p < 0,001$ при $r \geq 0,74$ – 15 років.

Далі, згідно вирішення поставлених задач було проаналізовано залежності показників ефективності захисних дій від латентного періоду упередження та запізнювання в реакціях на рухомий об'єкт.

Високі, статистично значущі залежності між періодом упередження та запізнювання практично у всіх показниках тесту реакції на рухомий об'єкт (режим 1), з одного боку, та всіма характеристиками ефективності захисних дій, з іншого, дають можливість припускати, що чим менший період реакції упередження та запізнювання, тим краще юні футболісти 11 років виконують захисні тактичні дії.

Та ж специфіка кореляційних зв'язків спостерігається й по відношенню до періоду упередження та запізнювання за показниками тесту реакції на рухомий об'єкт (режим 2), де разом з тим, значно зростає їх активність та величина. Відношення періоду упередження до періоду запізнювання в тесті реакції на рухомий об'єкт (режим 1) від'ємно корелює з КЕ відборів ($r = -0,58$, $p < 0,05$), а цей же показник при виконанні тесту режиму 2, статистично значущих залежностей із показниками ефективності захисних дій не має (табл. 2).

У віці 12 років середній період упередження (за 40 сигналами) в тесті реакції на рухомий об'єкт (режим 1) зворотно корелює з усіма показниками ефективності захисних дій, а середній період запізнювання – тільки з КЕ перехоплень та гри головою в захисті ($r = -0,48$ та $r = -0,55$, $p < 0,05$ відповідно).

Середній період реакції упередження (40 реакцій) за тестом реакції на рухомий об'єкт (режим 1) у юних футболістів 13 років зворотно корелює з КЕ відборів та протидій ($r = -0,72$, $p < 0,01$ та $r = -0,56$, $p < 0,05$ відповідно).

Такі ж зв'язки спостерігаються із періодом запізнювання ($r = -0,62$ та $r = -0,61$, $p < 0,05$ відповідно). Середній період упередження перших 10 реакцій також від'ємно корелює з КЕ відборів та протидій($r = -0,71$ та $r = -0,75$, $p < 0,01$ відповідно), а стосовно періоду запізнювання статистично значущих залежностей з показниками захисних дій не виявлено.

Що стосується 14-річних юних спортсменів, у них середній період упередження в тесті реакції на рухомий об'єкт (режим 1) (40 реакцій) та середній період упередження останніх 10 реакцій від'ємно корелюють з усіма показниками ефективності захисних дій, що вивчалися.

Так показники реакції на рухомий об'єкт (режим 2), зокрема середній період реакцій упередження (30 реакцій), від'ємно корелює з КЕ відборів ($r = -0,57$, $p < 0,05$); середній період упередження перших 10 реакцій корелює з КЕ гри головою в захисті, відборів та протидій ($r = -0,73$, $p < 0,001$, $r = -0,51$ та $r = -0,45$, $p < 0,05$ відповідно), а середній період упередження останніх 10 реакцій від'ємно корелює з усіма показниками ефективності захисних дій у процесі змагальної діяльності.

Аналіз проведених досліджень свідчить, що у футболістів 15 років спостерігається дещо інша специфіка залежностей. Так середній період упередження реакції на рухомий об'єкт (режим 1) (40 реакцій) від'ємно корелює з усіма показниками коефіцієнтів ефективності захисних дій, а середній період запізнювання – з КЕ відборів, гри головою в захисті та протидій ($r = -0,62$, $r = -0,53$ та $r = -0,51$, $p < 0,05$ відповідно).

Висновки і пропозиції.

1. Виявлена у ході досліджень велика кількість статистично значущих залежностей між періодом упередження та запізнювання у реакціях на рухомий об'єкт, з одного боку, та показниками ефективності захисних дій з іншого, практично у кожній з вікових груп, очевидно свідчить про те, що чим точніше футболісти 11-15 років реагують на рухомий об'єкт, тим кращим буде виконання ними захисних тактичних дій.

2. Разом з тим необхідно відмітити, що у віці 12, 13 та 14 років кількість статистично значущих зв'язків показників ефективності захисних дій з періодом упередження значно більша, ніж їх кількість з періодом запізнювання. Отже необхідно зазначити, що великий період упереджен-

Таблиця 2

Кореляційні взаємозв'язки між показниками реакції на рухомий об'єкт й коефіцієнтами ефективності захисних дій у футболістів 11-років

	відборів	перехоплень	гри головою в захисті	протидій
1	2	3	4	5
Режим 1 упередження (середнє, 40 реакцій)	-0,81	-0,58	-0,60	-0,90
Режим 1 запізнювання (середнє, 40 реакцій)	-0,48	-0,69	-0,73	-0,72
Режим 1 упередження (середнє, 1-10 реакцій)	-0,63	-0,49	-0,28	-0,72
Режим 1 запізнювання (середнє, 1-10 реакцій)	-0,61	-0,82	-0,82	-0,75
Режим 1 упередження (середнє, 31-40 реакцій)	-0,74	-0,57	-0,62	-0,86
Режим 1 запізнювання (середнє, 31-40 реакцій)	-0,55	-0,58	-0,59	-0,66
Відношення періоду упередження до запізнювання	-0,58	0,01	0,01	-0,48
Режим 2 упередження (середнє, 30 реакцій)	-0,78	-0,69	-0,69	-0,90
Режим 2 запізнювання (середнє, 30 реакцій)	-0,80	-0,67	-0,67	-0,81
Режим 2 упередження (середнє, 1-10 реакцій)	-0,82	-0,64	-0,63	-0,89
Режим 2 запізнювання (середнє, 1-10 реакцій)	-0,85	-0,71	-0,67	-0,86
Режим 2 упередження (середнє, 21-30 реакцій)	-0,65	-0,52	-0,47	-0,88
Режим 2 запізнювання (середнє, 21-30 реакцій)	-0,83	-0,67	-0,67	-0,81
Відношення періоду упередження до запізнювання	-0,31	-0,30	-0,30	-0,40

Примітки: $p < 0,05$ при $r \geq 0,54$; $p < 0,001$ при $r \geq 0,76$

ня в реакціях на рухомий об'єкт у даних вікових груп може негативно впливати на якість виконання захисних дій.

3. Наявність статистично значущих залежностей між КЕ відборів та показниками відношення періоду упередження до періоду запізнювання в реакціях на рухомий об'єкт підтверджує нашу думку про необхідність деякого очікування вигідної ситуації для ефективного виконання даної тактичної дії та, у зв'язку з цим, у потребі достатньо високої збалансованості нервових процесів.

Подальші дослідження будуть спрямовані на розробку засобів навчання захисним тактичним діям та експериментальне обґрунтування їх застосування з метою удосконалення процесу тактичної підготовки юних футболістів.

Список літератури:

1. Соломонко В.В. Аналіз змісту гри воротаря та ефективності захисних і атакуючих дій футболістів у матчі: методичні рекомендації для тренерів і футболістів різного віку та спортивної кваліфікації / В.В. Соломонко, Г.А. Лисенчук. – К.: Олімпійська література, 1996. – 40 с.
2. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов / Лисенчук Г.А. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 271 с.
3. Многолетняя подготовка юных футболистов. Путь к успеху: учеб.-метод. пособие / В.В. Николаенко, В.Н. Шамардин. – К.: Саммит-книга, 2015. – 330 с.: ил.
4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
5. Рациональная система многолетней подготовки футболистов к достижению высшего спортивного мастерства: монография / В.В. Николаенко. – К.: Саммит-книга, 2014. – 336 с. – Библиогр.: с. 252–295.: ил.
6. Шамардин В.Н. Система подготовки юных футболистов: учебное пособие / Шамардин В.Н. – Днепропетровск: Пороги, 2001. – 104 с.

Степаненко В.М.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный
педагогический университет имени Григория Сковороды»

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ОБУСЛОВЛЕННОСТЬ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБОРОНИТЕЛЬНЫХ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮННЫХ ФУТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация
В статье представлен анализ статистически значимых зависимостей между показателями эффективности оборонительных тактических действий и психофизиологическими особенностями юных футболистов. Установленные в процессе исследования факты дают основание утверждать, что эффективное выполнение оборонительных тактических действий юными футболистами, очевидно, обуславливается величиной показателя латентного периода сложной реакции. Необходимо отметить наличие влияния краткого периода простой реакции на эффективность выполнения, прежде всего, отборов и противодействий. Чем меньше период реакции упреждения и опоздания, тем лучше юные футболисты выполняют оборонительные тактические действия. Даны рекомендации для совершенствования процесса обучения оборонительным тактическим действиям юных футболистов 11-15 лет.
Ключевые слова: футбол, психофизиологические особенности, оборонительные действия.

Stepanenko V.M.
SHEI «Pereyaslav-Khmelnitsky Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»

PSYCHOPHYSIOLOGICAL CONDITIONALITY OF THE EFFECTIVENESS OF PROTECTIVE TACTICAL ACTIONS OF YOUNG PLAYERS AT THE STAGE OF PRELIMINARY BASIC TRAINING

Summary
The article presents the analysis of statistically significant dependencies between the indicators of the effectiveness of protective tactical actions and the psychophysiological features of young players. The facts established in the course of research give grounds to note that the effective performance of protective tactical actions by young football players is obviously due to the magnitude of the latent period of a complex reaction. It should be noted that the short period of a simple reaction to the effectiveness of the performance, first of all, of the selections and countermeasures, is influenced. The smaller the period of reaction of prejudice and delay, the better young football players perform protective tactical actions. Recommendations for improving the training process for protective tactical actions of young football players of 11-15 years are presented.
Keywords: football, psychophysiological special features, defensive operations.

УДК. 373.2.091:796.035(100)

ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ 3-6 РОКІВ У ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ЗА КОРДОНОМ

Красов О.І.
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
Кусай М.В.
Тенісний центр, м. Кіріят-Шмона, Ізраїль

У статті розкриваються особливості і характерні риси фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми 3-6 років у дошкільних закладах зарубіжних країн. В найбільш загальному вигляді структура програм з фізичного виховання у дошкільних закладах складається з чотирьох основних розділів: психомоторного розвитку, навчання руховим умінням і навичкам, фізичної підготовки, плаванням та іграм на воді.
Ключові слова: фізкультурно-оздоровча робота, дошкільні заклади, зарубіжні країни.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій. Дошкільна освіта є обов'язковою первинною складовою частиною системи безперервної освіти в Україні – сукупності навчально-виховних закладів, призначених для цілеспрямованого навчання і виховання. Її функціонування регламентоване Конституцією України, законами України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства», Конвенцію ООН про права дитини [2; 5].

Дошкільна освіта сприяє реалізації прав дитини, закріплених законодавчими міжнародними документами, зокрема права на охорону здоров'я, права на освіту, права на участь в іграх, права на збереження своєї індивідуальності, права на захист від усіх форм фізичного, психічного насильства, приниження, зловживання, відсутності турботи чи недбалого і грубого поводження.

Однак, становлення України як незалежної держави супроводжується складними соціально-економічними, морально-етичними, національними та іншими проблемами, які призвели до погіршення фізичного, психічного і матеріального стану більшої частини населення. Особливе занепокоєння викликає факт зниження здоров'я та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку. Дані досліджень свідчать, що 80% дошкільників мають захворювання верхніх дихальних шляхів, у 60% – відмічено порушення постави, 50% дітей мають неврологічні захворювання. Більшість дітей приступає до навчання в школі фізично не готовими до цього виду діяльності [4].

У цих умовах фізичне виховання є найбільш діючим фактором зміцнення здоров'я. Між тим, чинна в Україні система фізичного виховання, однією з ланок якої є система дошкільного фізичного виховання, перебуває в кризовому стані і не завжди може вирішити свою основну мету – зміцнення здоров'я населення. Ця ситуація перш за все обумовлена невідповідністю нормативно-правової бази і сучасних вимог, життєвих інтересів і потреб суспільства [6; 9].

Вивчення особливостей функціонування систем дошкільного фізичного виховання в країнах світу (табл. 1) дозволить збагатити й вдосконалити вітчизняну систему дошкільної освіти.

Метою дослідження є аналіз і систематизація даних літературних джерел щодо сучасного стану фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми у дошкільних закладах за кордоном.

Виклад основного матеріалу. У багатьох країнах світу дошкільна освіта є первинною ланкою єдиної системи виховання і навчання. Нею опікуються місцеві органи влади, промислові та сільськогосподарські підприємства, релігійні та громадські організації, приватні особи. Як правило, у більшості країн функціонують стаціонарні та сезонні ясла, садки з різною тривалістю роботи, дошкільні відділення при початкових класах, материнські школи, майданчики. Виховна робота, метою якої є гармонійний розвиток дітей, формування навичок життя в суспільстві, здійснюється відповідно до програм виховання та навчання. У всіх країнах існують системи підготовки педагогічних працівників (курси, середні, спеціальні, вищі навчальні заклади). Кожна національна система дошкільної освіти має свої особливості та власний передовий досвід. Фахівці зарубіжних країн дають одностайну оцінку значенню фізичного виховання в дошкільний період. Про це свідчить, що намітилася майже повсюдна тенденція підвищення інтересу до цього аспекту дошкільного виховання. Відносно цілей і завдань фізичного виховання в дошкільному віці думки фахівців різних країн також багато в чому співпадають. Так, і американські і європейські фахівці вважають, що головною метою фізичного виховання в дошкільний період є сприяння гармонійному розвитку дитини. Фізичне виховання повинне сприяти психомоторному, розумовому і емоційному розвитку дітей-дошкільників [1].

Систему суспільного дошкільного виховання в **Болгарії** було сформовано після Другої світової війни. До неї належать дитячі садки (повного дня, цілорічні, сезонні, цілодобові), ясла, ясла-садки з денним і на південним перебуванням дітей (садки при школах). Дошкільні заклади відвідують майже всі діти. Існує державна програма виховання дітей дошкільного віку. Значну увагу в дошкільних закладах зосереджують на фізичному вихованні (спортивні свята, навчання плавання, загартування) [7].

Таких же поглядів дотримуються у **Фінляндії**, вважаючи, що фізичне виховання в дошкільний період повинне сприяти вдосконаленню рухової координації і основних рухових умінь і навиків. В процесі фізичного виховання всіляко заохочуються прояви ініціативи і допитливості.

© Красов О.І., Кусай М.В., 2019

Дошкільні заклади у цій країні існують з 50-х років XIX ст., певний час вони працювали за фребелівською системою. У пошуках раціональних моделей роботи дошкільних закладів апробуванню були піддані монтессорівська, американська, шведська системи. Що ж до особистісного розвитку дитини, то тут фізичному вихованню належить вирішальна роль. У Фінляндії, згідно рекомендаціям 1984 р., в програму фізичного виховання дошкільників включені такі види, як гімнастика, вправи під музику, рухові і спортивні ігри, катання на лижах, ковзанах, навчання плаванню, розважальне орієнтування. Дошкільне виховання Фінляндії підтримує засади фізичного, психологічного, соціального здоров'я та розвитку дитини.

Робота в дошкільній освіті базується на ігровій діяльності, яка відбувається відповідно до рівня розвитку кожної дитини, що також стимулює лінгвістичні здібності в дітей, їх потенціал до вивчення нового [1; 7].

У **Китаї** основними завданнями фізичного виховання в процесі підготовки до школи рахують наступні:

– сприяння оптимальному фізичному розвитку;

– формування таких соціальних якостей, як дисциплінованість, справедливість, відповідальність, чесність, співпраця;

– розвиток основних рухових навиків і поняття про правила безпеки;

– формування інтересу і любові до спорту.

Дошкільні заклади в Китаї великі (270 вихованців і 60 педагогів та обслуговуючого персоналу). Групи нараховують 25-26 дітей переважно денного перебування, 5% груп дошкільних закладів – цілодобові, з яких батьки забирають дітей у середу і суботу. У Китаї основними видами фізичної активності вихованців дитячих садків є рухливі ігри, гімнастика, танці, біг, стрибки, метання [1; 7].

За допомогою фізичного виховання в дитячих садках **Чехії** дітей навчають основним руховим умінням і навичкам, правилам особистої гігієни. У країні майже всі діти охоплені суспільним дошкільним вихованням. Перші дитячі садки були відкриті у 1832 р., згодом створені материнські школи – народні дитячі садки. Крім них, функціонують ясла, дитячі садки з неповним днем, підготовчі класи при школах. У Чехії на заняттях по фізичному вихованню в дитячих садках передбачені біг, стрибки, метання, сюжетно-рольові рухові ігри, ігри з м'ячем [6].

Завданнями дошкільного фізичного виховання в **Японії** вважаються такі: руховий розвиток, розумовий розвиток, формування доброзичливості по відношенню до тих, хто оточує і дисциплінованості.

Дошкільні заклади для дітей віком від народження до 6-ти років (ясла, дитячі садки, ясла-садки) перебувають у підпорядкуванні муніципалітетів, приватних організацій та осіб які працюють від 2-3-х до 10-12-ти годин на день. Існують також однорічні заклади для повноцінної підготовки дітей 5-6-ти років до школи. Крім муніципальних, усі дошкільні заклади платні й за бажанням батьків забезпечують програму індивідуального розвитку кожної дитини.

У Японії в програму дитячих садків по фізичному вихованню включені наступні види фізичної активності: 1) ходьба, біг, стрибки; 2) метання, штовхання, перетягування, перекочування; 3) змагання в бігу,стрибках, метаннях в ціль; 4) групові рухливі ігри; 5) ігри з м'ячами, шнурами і іншими пристосуваннями; 6) ритміка [6].

У **Кореї**, згідно державним законам з питань освіти, перед дошкільним вихованням в цілому постають два завдання: фізичний і розумовий розвиток дітей. Фізичне виховання покликане вирішувати задачі рухового, розумового, емоційного, соціального розвитку; сприяти формуванню інтересу до активного способу життя; включає навчання правилам безпеки. У програму дошкільного фізичного виховання входять гімнастика, рухливі і прості спортивні ігри [6].

Тривалий час у **Великобританії** функціонували заклади суспільного догляду дітей не з багатих сімей. Нині вони трансформувалися в сучасні типи дошкільних закладів, які забезпечують диференційований підхід до виховання дітей. Формування і розвиток системи дошкільного виховання відбулося під впливом ідей Ф. Фребеля, М. Монтессорі, Р. Штейнера, Ж. Піаже, Дж. Брунера [1; 7].

Дошкільних закладів у країні недостатньо для забезпечення доглядом усіх дітей до вступу до школи, навчання в якій починається з 5-ти років. Основними їх типами є муніципальні та приватні денні ясла, ясельні школи,

ясельні класи, ігрові групи, клуби матері й дитини, групи «можливостей». За змістом роботи їх можна об'єднати в три групи:

1) денні ясла, які забезпечують догляд за дітьми;

2) ясельні класи і школи, що працюють як заклади інтелектуального розвитку дітей, підготовки їх до школи;

3) ігрові групи, клуби матері та дитини, групи «можливостей».

У Великобританії основними видами діяльності дошкільників на заняттях по фізичному вихованню є гімнастика, танці і рухливі ігри. Різноманітність типів дошкільних закладів і програм відображає особливість концепції дошкільного виховання у Великобританії: дитина є активним суб'єктом пізнання навколишнього середовища [1; 7].

У **Данії** фахівців з дошкільного виховання готують в так званих педагогічних семінаріях, де впродовж 3-х років майбутні вихователі вивчають психологію, фізіологію і методику навчання дітей дошкільного віку. Кожен п'ятий працівник данських дошкільних закладів є чоловіком.

Найпоширенішими типами закладів суспільного дошкільного виховання Данії є денні ясла, садки, ясла-садки, ігрові майданчики та цілодобові дошкільні заклади, призначені для виховання і лікування дітей із проблемами фізичного та психічного розвитку, надання їм психолого-педагогічної допомоги і здійснення корекції вад. У Данії знаходиться центр Міжнародної Монтессорі-асоціації. Більшість вихователів дотримуються поглядів Астрід Госсел, згідно з якими всі види фізичної активності в дошкільний період носять природний, спонтанний характер, а завданням вихователя є створення оптимальних умов. В цій країні широко використовуються різні фізичні вправи під музичний супровід [1].

Дитячі садки в **Ізраїлі** перебувають на утриманні муніципалітетів, релігійних і жіночих організацій. Працюють цілорічно, за винятком не-

великих канікул у серпні. Діють платні приватні садки і групи по 5-10 дітей раннього (з 3-х місяців) і дошкільного віку. Відкриття приватних дитячих садків дозволяється лише фахівцям з педагогічною освітою.

Як і муніципальні, приватні дитячі садки контролюються Міністерством освіти. Усі діти обов'язково мають відвідувати старшу групу в дитячому садку, яка безкоштовно готує їх до школи. Вони опановують різні види художньої діяльності, слухають оповідання і казки, вчаться читати і рахувати, працюють з комп'ютером, ознайомлюються з народними традиціями [1; 7].

Традиції суспільного дошкільного виховання в **Німеччині** є одними з найдавніших. З 1957 р. діє закон про вільне відвідування дитячих садків, 20% з яких утримує держава, 80% належать церковним общинам, профспілкам, німецькому Червоному Хресту, службі молоді, іншим благодійним товариствам. Батьки оплачують 50% утримання дітей, інші витрати відшкодовує власник дошкільного закладу.

У Німеччині існують такі типи дошкільних закладів:

1) дитячі садки з повним або не повним днем, призначені для дітей 3-х – 6-ти років;

2) одногрупові дошкільні заклади (переважно для старших дошкільників);

3) пришкільні групи (для п'ятирічних дітей);

4) підготовчі класи основної школи. У них виховують і навчають п'ятирічних дітей;

5) цілодобові інтернати для здорових дітей віком від 3-х до 6-ти років;

6) інтернати для дітей із проблемами здоров'я і розвитку;

7) материнські центри. У них матері разом з дітьми займаються цікавою і корисною діяльністю, спілкуються між собою та спеціалістами з педагогіки і психології.

Головні концептуальні засади виховання дітей реалізуються у дитячих садках вільного і відкритого типів. Найпоширеніший тип вільного дитячого садка – штейнеровські дитячі садки і дитячі садки Монтессорі. Відкритий дитячий садок організовано на ситуативно-орієнтованій концепції дошкільного виховання, для якої характерні: відкрите планування з участю дітей; навчання на базі реальних життєвих зв'язків; єдність гри і навчання; різновікова організація життя та діяльності; зв'язок із громадськістю; співробітництво батьків і дошкільного закладу.

У Німеччині на заняттях використовуються рухливі ігри, гімнастика, біг, стрибки, метання, часто в програму включаються ігри на воді і навчання плаванню. В одному з дитячих садків як експеримент у заняття введені стрибки на батуті [8].

США. На розвиток американської системи дошкільного виховання вплинула реалізація програми «Хад Старт» (1965), яка передбачала збільшення асигнувань на створення дошкільних закладів (передусім для дітей із малозабезпечених сімей). Якщо у 1965 р. дитячі садки відвідували 10% трьох-чотирьохрічних дітей, то у 1985 р. – 40%, а 5-6-річних дітей – 96%. Нині відвідування дошкільних навчальних закладів є нормою підготовки до школи.

Потреби сімей спричинилися до формування різноманітних типів закладів дошкільної освіти:

1. Групи дітей 4-х – 5-ти років при школах. Ці державні дитячі садки працюють 2-3 години зранку, дбаючи передусім про інтелектуальний розвиток дитини.

2. Школи-ясла для дітей раннього віку (з 3-х років). Окремі з них діють при наукових центрах і педагогічних коледжах, використовуючи програми розвиваючого навчання.

3. Приватні центри. Функціонують протягом дня переважно при підприємствах і організаціях для дітей робітників і службовців.

Кожен штат США має свої освітні стандарти, а кожен заклад працює за власною програмою.

У США основними аспектами програми дошкільного фізичного виховання вважаються наступні: формування психомоторних навичок, рухливі ігри, гімнастика, танці, фізична підготовка, ігри на воді.

Концепція дошкільного виховання у США полягає у розвитку дитячої творчості та обдарованості.

У США крім фахівців загального профілю роботи з дітьми дошкільного віку, яких готують в педагогічних коледжах, студенти факультетів фізичного виховання університетів при бажанні можуть вибрати спеціалізацію «Навчання фізичному вихованню в початковій школі», в рамках якої, як правило, вони одержують необхідні знання по роботі з дітьми дошкільного віку [1; 8].

Франція. За кількістю дітей, залучених до системи суспільного дошкільного виховання (історія сягає до 200 років), Франція посідає одне з перших місць у світі. Її дошкільна педагогіка увібрала кращі теорії виховання вітчизняних (П. Кергомар, С. Френе) і зарубіжних педагогів (М. Монтессорі, Ж.-О. Декролі, Ж. Піаже).

Основними типами дошкільних закладів, у яких виховують дітей від 2-х до 6-ти років, є материнські школи, класи для малят при початкових школах, дитячі садки.

Загальною метою дошкільного виховання є розвиток фізичних, соціальних, поведінкових та інтелектуальних навичок, необхідних для формування уміння жити у сучасному суспільстві. Перевагу надають не накопиченню знань, а розвитку дитячої ініціативи, вихованню соціальної компетенції. Робота дошкільних закладів спрямована на те, щоб підвести дитину до життя в колективі, розвивати навички різних видів діяльності, сформувати прагнення до знань, навчити вибудовувати стосунки з іншими дітьми. Дошкільнята повинні набути відповідних моторних навичок, здобути певний рівень інтелектуального і мовленнєвого розвитку, оволодіти малюванням та іншими видами зображувальної діяльності [3].

Роль вихователя полягає у спрямуванні розвитку, створенні розвиваючого середовища, вивченні поведінки та психології дітей, організації їхнього дозвілля. Виховання найменших дітей має за мету розвиток ігрової діяльності, органів чуття, моторики. У роботі з 4-5-ти річними дітьми сенсорне виховання ускладнюється, для чого використовують різні види ручної праці (малювання на тканині, вітражі, виготовлення декорацій для інсценізації тощо). У графіку занять багато часу відводиться фізкультурі, музиці.

Систему дошкільного виховання у **Польщі** [1; 7] утворюють дитячі садки, ясла-садки з повним (міста) та не повним (сільська місцевість) днем

перебування дітей. Діють також цілодобові двотижневі ясла-садки і тимчасові дитячі садки типу сімейних мікросадків, розташованих у квартирах і багатоквартирних будинках

Туреччина. Певною мірою на дошкільне виховання впливають традиційні для ісламу цінності багатодітного родинного виховання та ролі жінки у сім'ї. У системі суспільної дошкільної освіти (ясла, приватні, фабричні, експериментальні дитячі садки) виховується 10% дітей від народження до шести років. Однак її матеріальна, науково-методична бази потребують суттєвого поліпшення [1; 7].

Мета і зміст дошкільної освіти відповідають загальному спрямуванню національної освіти: фізичний, розумовий, емоційний розвиток дітей; формування соціальних навичок поведінки; розвиток мовленнєвої компетенції; підготовка до навчання у школі.

Дошкільні заклади **Швейцарії** (дитячі садки або дитячі школи) призначенні для виховання дітей 4-6-ти років. Крім державних, існує багато приватних дошкільних закладів, які протягом п'яти днів на тиждень працюють по кілька годин на день і розміщенні переважно в одноповерхових котеджах з майданчиками для прогулянок і занять фізичною культурою. Історично склалися дві концепції виховання дітей дошкільного віку: у німецькій частині країни концепція заснована на ідеях Ф. Фребеля, у романській – женевського напряму (Е. Клапаред, А. Ферєр, Ж. Піаже) та монтессорівського типу. Німецькомовні і франкомовні дитячі садки працюють за різними програмами. Швейцарські дошкільні заклади добре обладнанні, в них багато дидактичного, ігрового матеріалу для занять і самостійної діяльності дітей. Постійно триває пошук ефективних шляхів взаємодії дошкільних закладів і початкової школи, організовуються комплекси «дитячий садок – школа» для охоплення дітей дошкільним вихованням і підготовки їх до школи [3].

Таблиця 1

Зміст і спрямованість фізичного виховання у дошкільних закладах країн світу

№	Країна	Основні типи дошкільних закладів	Вік дітей; дошкільний заклад, який для них призначений	Засновники дошкільних закладів	Особливості роботи з фізичного виховання у закладах кожного типу
1	2	3	4	5	6
1	Болгарія	Дитячі садки (повного дня, цілорічні, сезонні, цілодобові), ясла, ясла-садки, садки при школах	2-7 років	Державний характер системи дошкільного виховання було сформовано після Другої світової війни	Всебічний фізичний розвиток. Велика увага приділяється навчанню плаванню, загартуванню, широке використання різноманітних форм фізичного виховання
2	Велика Британія	Муніципальні та приватні денні ясла, ясельні школи, ясельні класи, ігрові групи, клуби матері і дитини, групи «можливостей»	Муніципальні денні ясла (6-7 місяців – 4-5 р.); муніципальні ясельні школи і класи (3-5 р.); ігрові групи (2-3 р.); приватні ясла (6-7місяців – 4-5 р.); приватні вихователі (від народження до 5 років)	Місцеві органи влади. Приватні особи, благодійні організації, релігійні товариства, батьки.	Індивідуальний розвиток дитини, розвиток її самостійності в оволодінні різними видами діяльності на заняттях з фізичного виховання (гімнастика, танці, рухливі ігри).
3	Данія	Денні ясла, ясла-садки,садки, ігрові майданчики та цілодобові дошкільні заклади.	Денні ясла-садки (6-7 міс. - 4-5 р.); ігрові майданчики та цілодобові дошкільні заклади (4-6 р.)	Благодійні товариства, центр Міжнародної Монтессорі-асоціації.	Індивідуальний розвиток, фізична активність носить природний і спонтанний характер. Широко використовується музичний супровід.
4.	Ізраїль	Платні приватні садки і групи, муніципальні садки.	З 3-х місяців до 6-7 років.	Перебувають на утриманні муніципалітетів, релігійних і жіночих організацій під контролем Міністерства освіти	Всебічний фізичний розвиток. Індивідуальні можливості у різних видах діяльності.
5.	Китай	Групи денного перебування, групи дошкільних закладів – цілодобово.	2-6, 7 років.	Місцеві органи влади. Благодійні товариства та релігійні організації.	Сприяння оптимальному фізичному розвитку, формування інтересу і любові до спорту. Основними видами фізичної активності є рухливі ігри, гімнастика, танці, біг, стрибки, метання, елементи східних видів гімнастики.

(Закінчення таблиці 1)

1	2	3	4	5	6
6.	Німеччина	Дитячі садки з повним і неповним днем, одногрупні дошкільні заклади, пришкільні групи, підготовчі класи, цілодобові інтернати, інтернати для хворих, материнські центри.	Переважно від 3-х до 6-ти років, пришкільні групи – 5-ти річні діти.	Дитячі садки Монтессорі, штейнерівські дитячі садки вільного типу. Співробітництво батьків і дошкільного закладу.	Використовують рухливі ігри, гімнастику, біг, стрибки, метання, часто проводяться ігри на воді і навчання плаванню. Експериментують стрибки на батуті.
7.	США	Групи дітей при школах, школи-ясла,приватні центри.	При школах - 4-5 років. Школи-ясла – з 3-х років.	Діють при наукових центрах і педагогічних коледжах, підприємствах і організаціях.	Формування психомоторних навичок, рухливі ігри, гімнастика, танці, фізична підготовка, ігри на воді.
8	Туреччина	Ясла, приватні, фабричні, експериментальні дитячі садки.	Від народження до шести років.	Впливають традиційні для ісламу цінності родинного виховання та ролі жінки в сім'ї.	Індивідуальний фізичний, розумовий, емоційний розвиток; формування соціальних навичок поведінки; розвиток мовленнєвої компетенції; фізична підготовленість.
9	Фінляндія	Народні дитячі садки, сімейні, відкриті, дошкільні дитячі будинки.	Діти від одного до шести років.	Апробуванню були піддані монтессорівська, американська, шведська системи.	У програму дошкільного фізичного виховання були включені такі види: гімнастика, вправи під музику, рухливі і спортивні ігри, катання на лижах і ковзанах, навчання плаванню, розважальне орієнтування.
10	Франція	Материнські школи, класи для малят при початкових школах, дитячі садки	Від 2-х до 6-ти років.	Увібрала в себе кращі теорії виховання вітчизняних (П. Кергомар, С. Френе) і зарубіжних (М. Монтессорі, Ж.О. Декролі, Ж. Піаже) педагогів.	Розвиток фізичних навичок, необхідних для формування уміння жити в сучасному суспільстві. Розвиток ігрової діяльності, органів чуття, моторики.
11	Чехія	Материнські школи, народні дитячі садки, ясла, дитячі садки з неповним днем, підготовчі класи при школах	Від одного до шести років.	Місцеві органи влади, благодійні організації.	Навчають основним руховим умінням і навичкам, правилам особистої гігієни. На заняттях з фіз. виховання передбачені біг, стрибки, метання, рухливі ігри та ігри з м'ячем.
12	Швейцарія	Дитячі садки або дитячі школи.	З 4-х до 6-ти років.	Концепція у німецькій частині заснована на ідеях Ф. Фребеля, у романській - женевського напряму (Е. Клапаред, А. Фер'єр, Ж. Піаже) та монтессорівського типу.	Наявність дидактичного та ігрового матеріалу для занять і самостійної діяльності дітей, фізичний розвиток. Прогулянки на свіжому повітрі і заняття фізкультурою.
13	Японія	Ясла, дитячі садки, ясла-садки, однорічні заклади для повноцінної підготовки дітей до школи	Від народження до 6-ти років .	Перебувають у підпорядкуванні муніципалітетів, приватних організацій та осіб.	Індивідуальний, руховий, розумовий розвиток особистості, формування доброзичливості і дисциплінованості, види активності: ходьба, біг, стрибки; метання, штовхання, перетягування, перекочування; групові рухливі ігри; ігри з м'ячами, мотузками; ритміка.

Висновки. Як видно з приведених даних, види фізичної активності, які використовуються на заняттях по фізичному вихованню в дошкільний період, в багатьох країнах співпадають. Тому в найбільш загальному вигляді структура програм з фізичного виховання у дошкільних закладах складається з чотирьох основних розділів.

1. Психомоторний розвиток. В ході формування психомоторних навичок дітей знайомлять з назвою частин тіла, їх пропорційними розмірами. Потім у дітей формується візуальне сприйняття (здібність до візуальних спостережень, зорова пам'ять і т.д.), слухове і, нарешті, кінестатичне сприйняття.

2. Навчання руховим умінням і навичкам. Цей розділ включає, у свою чергу, наступні види фізичної активності:

а) ігрову фізичну активність, направлену на розвиток і вдосконалення основних рухових умінь і навичок (біг, стрибки, метання, ловіння, відбиття (м'яча) ногами і руками). Крім контролю за правильністю виконання рухів дітей навчають повному контролю за рухами свого тіла, з тим, щоб рухові уміння, що вивчаються, могли бути використані в різних ситуаціях.

б) гімнастику, що включає вправи на рівновагу, лазіння, перекиди, стройові вправи, а також вправи, які сприяють розвитку вибухової сили, наприклад, стрибки;

в) танці, за допомогою яких діти вчаться надавати рухам інтерпретуючий, виразний і комунікативний характер. За допомогою танцю у дітей розвивають відчуття ритму. В процесі танцю дітьми використовуються різні рухи та їх поєднання.

3. Фізична підготовка є найважливішим розділом програм з фізичного виховання дошкільників. Саме на цьому, початковому, етапі діти повинні всіляко заохочуватися до фізичної активності, рухливих ігор. У доступній формі дітям повинні пояснювати такі поняття, як активний спосіб життя, правильне харчування, їх взаємозв'язок і значення. Крім теоретичної підготовки в рамках цього розділу повинне проводитися тестування рівня фізичної підготовленості дошкільників. Проте, в більшості країн ще не розробленні тести, що дозволяють оцінювати рівень розвитку компонентів фізичної підготовленості дітей дошкільного віку.

4. Плавання та ігри на воді. Цей розділ програми з фізичного виховання є важливим для дітей дошкільного віку і за наявності умов (басейн, кваліфіковані інструктори) його рекомендується використовувати при роботі з дітьми дошкільного віку. При цьому дітей учать долати страх перед водою за допомогою ігор на воді, навчають правилам безпеки на воді, а також – основам плавання.

Якими б своєрідними, оригінальними не були національні системи освіти і виховання дітей дошкільного віку, всі вони мають у своїй основі універсальні засади і принципи, репрезентують єдину і цілісну систему дошкільного виховання і навчання як загально цивілізаційний феномен.

Список літератури:

1. Гуськов С.И. О физическом воспитании дошкольников в зарубежных странах / С.И. Гуськов, Е.В. Дегтярёва // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 3. – С. 7–12.
2. Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні: [наук.-метод. посіб.] / Наук. ред. О.Л. Кононко. – К.: Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2003. – 243 с.
3. Миндлина Т. Дошкольное воспитание во Франции / Т. Миндлина. – М.: Просвещение, 1984. – 73 с.
4. Нагорна А.І. Стан здоров'я населення України / А.І. Нагорна // Краєзнавство. Географія. Туризм. – 2004. – № 2. – С. 7–8.
5. Огнев'юк В. Закон України «Про дошкільну освіту»: Інноваційний підхід до формування освітянського правового поля / В. Огнев'юк // Дошкільне виховання. – 2001. – № 9. – С. 3–4.
6. Пангелова Н. Ефективність спортивно-ігрового методу у зарубіжних системах фізичного виховання / Н.Є. Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2004. – № 3. – С. 91–94.
7. Парамонова Л.А., Протасова Е.Ю. Дошкольные и начальное образование за рубежом: история и современность / Л.А. Парамонова, Е.Ю. Протасова. – М.: Просвещение, 2001. – 231 с.
8. Сорокова М.Г. Современное дошкольное образование: США, Германия, Япония / М.Г. Сорокова. – М.: Просвещение, 1988. – 257 с.
9. Теорія і методика фізичного виховання. У 2-х т. / за ред. Т.Ю. Крузевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – Т. 2: Методика фізичного виховання різних груп населення. – 368 с.

Красов О.І.
ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»
Кусай М.В.
Теннисный центр, г. Кириат-Шмона, Израиль

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ 3-6 ЛЕТ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗА ГРАНИЦЕЙ

Аннотация
В статье раскрываются особенности и характерные черты физкультурно-оздоровительной работы с детьми 3-6 лет в дошкольных заведениях зарубежных стран. В наиболее общем виде структура программ по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях состоит из четырех основных разделов: психомоторного развития, обучения двигательным умениям и навыкам, физической подготовки, плаванием и играм на воде.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная работа, дошкольные заведения, зарубежные страны.

Krasov A.I.
SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskiy Hryhoriy Skovoroda
State Pedagogical University»
Kusay M.V.
Tennis Center, Kiryat Shmona, Israel

ORGANIZATION OF PHYSICAL-HEALTH WORK WITH CHILDREN 3-6 YEARS IN PERSONAL STAFF BORDER

Summary
In the article features and personal touches of athletic-health work open up with children 3-6 years in preschool establishments of foreign countries. In the most general form, the structure of programs for physical education in preschools consists of four main sections: psychomotor development, training motor skills and skills, physical training, swimming and games on the water.
Keywords: athletic-health work, preschool establishments, foreign countries.

НАШІ АВТОРИ

1. **Абрамов Валерій Володимирович** – доцент кафедри туризму і готельного господарства Харківського національного університету міського господарства імені О.М. Бекетова
2. **Андрєєва Олена Валеріїна** – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України
3. **Артюшенко Андрій Олександрович** – доктор педагогічних наук, професор кафедри спортивних дисциплін Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького
4. **Артюшенко Олександр Федорович** – кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри спортивних дисциплін Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького
5. **Асанов Едем** – студент Київського національного торговельно-економічного університету
6. **Бабич Андрій Михайлович** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
7. **Базилевич Наталія Олександрівна** – кандидат педагогічних наук доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
8. **Безкоровайний Сергій Борисович** – старший викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
9. **Білик Олег Андрійович** – старший викладач кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини з курсом фізичного виховання та здоров'я Харківського національного медичного університету
10. **Благій Олександра Леонідівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України
11. **Блистів Тарас Васильович** – старший викладач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України
12. **Борисова Оксана Володимирівна** – кандидат географічних наук, доцент кафедри туризму Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова
13. **Браславська Оксана Володимирівна** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри географії та методики її навчання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
14. **Булашев Олександр Якович** – кандидат математичних наук, старший науковий співробітник, професор кафедри зимових видів спорту, велоспорту і туризму Харківської державної академії фізичної культури
15. **Василенко Наталія Вікторівна** – аспірант ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
16. **Гладкий Олександр** – доктор географічних наук, професор кафедри туризму та рекреації Київського національного торговельно-економічного університету
17. **Голубева Олена Теодорівна** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
18. **Горбенко Микола Іванович** – доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДНВЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», Заслужений тренер України
19. **Гриньова Тетяна Іванівна** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри зимових видів спорту, велоспорту і туризму Харківської державної академії фізичної культури
20. **Данилко Валентина Миколаївна** – викладач кафедри теорії і методик фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
21. **Женьцян Сан** – здобувач Харківської державної академії фізичної культури
22. **Зубко Віталій Миколайович** – аспірант кафедри спортивних дисциплін Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького
23. **Кадиров Рафаїл Рафікович** – гравець команди «Мехнат» Андижан, майстер спорту з хокею на траві, суддя міжнародної категорії, завуч школи вищої спортивної майстерності Андижанського облспорткомітету (Узбекистан)
24. **Кириченко Тарас Григорович** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
25. **Кириченко Тетяна Василівна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
26. **Коваленко Юлія Олексіївна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету
27. **Конох Анатолій Петрович** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету
28. **Конох Андрій Анатолійович** – викладач кафедри туризму Запорізького національного університету

29. **Конох Олена Євгеніївна** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач кафедри туризму Запорізького національного університету
30. **Коцур Надія Іванівна** – доктор історичних наук, професор кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
31. **Кравченко Тетяна Петрівна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
32. **Красов Олександр Іванович** – викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
33. **Кривенко Юрій Олександрович** – кандидат історичних наук, старший викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
34. **Круцевич Тетяна Юріївна** – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України
35. **Куречко Галина Петрівна** – викладач кафедри фізичного виховання та спорту Львівського національного університету імені Івана Франка
36. **Курочкін Віктор Григорович** – доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
37. **Кусай Марина Вікторівна** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, тренер-викладач Тенісного центру, м. Кіріят-Шмона, Ізраїль
38. **Лой Борис Іванович** – старший викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДНВЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
39. **Люта Дарина Анатоліївна** – викладач кафедри туризму Запорізького національного університету
40. **Маковецька Наталія Валеріївна** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри туризму Запорізького національного університету
41. **Мовчан Володимир Петрович** – старший викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
42. **Мунтян Віктор Степанович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання № 1 Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого
43. **Нечипоренко Денис Леонідович** – кандидат педагогічних наук, старший виклад кафедри спортивних дисциплін ННІ фізичної культури, спорту і здоров'я Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького
44. **Нечипоренко Леонід Анатолійович** – кандидат педагогічних наук, доцент, директор ННІ фізичної культури, спорту і здоров'я Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького
45. **Нечипоренко Олена Василівна** – старший виклад кафедри спортивних дисциплін ННІ фізичної культури, спорту і здоров'я Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького
46. **Обозний Василь Васильович** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри туризму Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова
47. **Остапчук Валентина Володимирівна** – кандидат географічних наук, доцент кафедри географії Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
48. **Павлишин Оксана Федорівна** – викладач кафедри фізичного виховання та спорту Львівського національного університету імені Івана Франка
49. **Палатна Оксана Миколаївна** – керівник гуртків, Переяслав-Хмельницька Станція юних туристів
50. **Палатний Ігор Анатолійович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивних дисциплін та туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
51. **Пангелов Борис Петрович** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
52. **Пангелова Наталія Євгенівна** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
53. **Пивовар Андрій Анатолійович** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
54. **Погребний Віктор Володимирович** – старший викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
55. **Поліщук Віталій Валентинович** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спортивних дисциплін ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
56. **Попрошаєв Олександр Володимирович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання № 1

57. **Постернак Ігор Вікторович** – викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор та туризму ДВНЗ«Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
58. **Потужній Олександр Васильович** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор та туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
59. **Приставський Тарас Григорович** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
60. **Рожі Інна Георгіївна** – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри географії та методики її навчання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
61. **Романенко Олександр Володимирович** – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова
62. **Рубан Владислав Юрійович** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
63. **Самолюк Анна Анатоліївна** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
64. **Сембрат Сергій Васильович** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
65. **Семенів Богдан Степанович** – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
66. **Сидорук Анна Вікторівна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри туризму Запорізького національного університету
67. **Сіренко Романа Романівна** – кандидат наук з фізвиховання і спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту Львівського національного університету імені Івана Франка
68. **Смирнов Ігор Георгійович** – доктор географічних наук, професор кафедри країнознавства та туризму, академік АН ВО України Київського національного університету імені Тараса Шевченка
69. **Соловых Татьяна Константиновна** – кандидат физико-математических наук, доцент, профессор МАДЮТК, УО «Белорусский государственный университет физической культуры» (г. Минск, Беларусь)
70. **Сопіла Юлія Миколаївна** – асистентка кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького
71. **Степаненко Володимир Михайлович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
72. **Танєв Петар** – співробітник Міністерства Закордонних Справ Республіки Болгарія
73. **Товкун Лідія Павлівна** – кандидат історичних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
74. **Товстоп'ятко Федір Федорович** – кандидат філософських наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету
75. **Троценко Дмитро Валерійович** – викладач кафедри спортивних дисциплін, ігор і туризму ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди
76. **Троценко Тетяна Юріївна** – кандидат педагогічних наук доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»
77. **Чиженок Тамара Макарівна** – кандидат біологічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету
78. **Чуєва Інна Олександрівна** – кандидат наук фізичного виховання і спорту, доцент кафедри туризму Запорізького національного університету

ВИМОГИ ДО ПУБЛІКАЦІЇ СТАТЕЙ

Редакція наукового журналу пропонує всім бажаючим студентам, аспірантам, докторантам, здобувачам, молодим фахівцям, викладачам, науковцям та іншим зацікавленим особам опублікувати свої статті за різними науковими напрямами

ДЛЯ ПУБЛІКАЦІЇ СТАТТІ НЕОБХІДНО:

1. Заповнити **електронну форму реєстрації**, обов'язкову для публікації.

2. Надсилати на електронну пошту редакції info@molodyvcheny.in.ua **статтю** та **квитанцію про сплату вартості публікації наукової статті** (сплачується лише після повідомлення про прийняття матеріалів). Обов'язково в темі листа вкажіть **науковий розділ журналу**, в якому ви бажаєте опублікувати статтю.

3. Редакція рецензує вашу статтю протягом 2–3 днів. *Статті студентів публікуються за наявності рецензії або співавтора з науковим ступенем.*

4. Якщо стаття успішно пройшла рецензування, ми відправляємо вам лист з інформацією: **«Стаття пройшла рецензування, прийнята до публікації»**.

5. Як тільки електронна версія журналу розміщується на сайті, ми повідомляємо вам про це. Потім, після виходу журналу з друку, ми відправляємо вам друкований примірник в потрібній кількості.

ВИМОГИ ДО ЗМІСТУ НАУКОВОЇ СТАТТІ:

Наукові статті повинні містити такі необхідні елементи (з виділенням по тексту статті):

– **постановка проблеми** у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями;

– **аналіз останніх досліджень і публікацій**, в яких започатковано розв'язання даної проблеми, на які посилається автор;

– **виділення невирішених раніше частин загальної проблеми**, яким присвячується стаття;

– **формулювання цілей статті** (постановка завдання);

– **виклад основного матеріалу дослідження** з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів;

– **висновки з даного дослідження і перспективи** подальшого розвитку в цьому напрямку.

Автори, які подали матеріали для публікації, погоджуються з наступними положеннями:

– відповідальність за достовірність поданої інформації в своїй роботі несе автор.

– автори зберігають за собою всі авторські права і одночасно надають журналу право першої публікації, що дозволяє поширювати даний матеріал із зазначенням авторства та первинної публікації в даному журналі.

СТРУКТУРНІ ЕЛЕМЕНТИ НАУКОВОЇ СТАТТІ:

Індекс УДК (у верхньому лівому кутку сторінки);

Прізвище та ініціали автора(-ів), місце роботи (навчання), вчений ступінь, вчене звання, посада – трьома мовами (українською, російською, англійською);

Назва статті – трьома мовами (українською, російською, англійською);

Анотації (мінімум 5 речень) та ключові слова (мінімум 5 слів) – трьома мовами (українською, російською, англійською);

Текст статті може бути українською, російською, англійською, німецькою, польською або французькою мовами;

Список літератури.

Формат статті	А4, орієнтація – книжкова, матеріали збережені та підготовлені у форматі Microsoft Word (*.doc або *.docx)
Поля	всі сторони – 2 см
Основний шрифт	Times New Roman (*Arial* і *Courier New* для текстових фрагментів)
Розмір шрифту основного тексту	14 пунктів
Міжрядковий інтервал	полуторний
Вирівнювання тексту	по ширині
Автоматична розстановка переносів	включена
Абзацний відступ (новий рядок)	1,25 см
Нумерація сторінок	не ведеться
Малюнки та таблиці	необхідно подавати в статті безпосередньо після тексту, де вони згадуються вперше, або на наступній сторінці. Розмір шрифта табличного тексту зазвичай на 2 пункти менше основного шрифту. Кількість таблиць, формул та ілюстрацій має бути мінімальною та доречною. Рисунки і таблиці на альбомних сторінках не приймаються.
Формули	повинні бути набрані за допомогою редактора формул (внутрішній редактор формул в Microsoft Word for Windows).
Посилання на літературу	у квадратних дужках по тексту [1, с. 2], бібліографічний список в кінці тексту. Посторінкові виноски та посилання не допускаються
Обсяг	від 10 до 20 сторінок включно

Науковий журнал
«Молодий вчений»
№ 4.1 (68.1) квітень 2019 р.

Щомісячне видання

Коректор: В. Бабич
Дизайн: А. Юдашкіна
Комп'ютерна верстка: В. Удовиченко

Контактна інформація редакції журналу.
Поштова адреса: 73021 Україна, м. Херсон,
а/с 20, Редакція журналу «Молодий вчений»
Телефон: +38 (0552) 399 530
Email: info@molodyvcheny.in.ua
Сайт: www.molodyvcheny.in.ua

Підписано до друку 09.04.2019 р.
Формат 60х84/8.
Папір офсетний. Цифровий друк.
Ум.-друк. арк. 25,34. Тираж 100 прим.
Зам. 0419-76.

Надруковано: Видавничий дім «Гельветика»
Україна, м. Херсон, вул. Паровозна, буд. 46-а
E-mail: mailbox@helvetica.com.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.