

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-8-84-34>

УДК 378:37.09

Сахненко А.В.

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ АКМЕОЛОГІЧНО СПРЯМОВАНОГО ПРОФЕСІЙНО ОРІЄНТОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Анотація. Основи процесу формування гармонійно розвинутої особистості майбутнього фахівця агропромислового сектору закладаються у вищій школі. Його фундаментальними аспектами є: формування професійно важливих якостей, зміцнення здоров'я, негативне ставлення до шкідливих звичок, досягнення високої та стійкої працездатності через заняття фізичною культурою і спортом. І саме тому особливе значення має акмеологічна спрямованість професійно орієнтованого фізичного виховання, оскільки акмеологічно спрямоване професійно орієнтоване фізичне виховання набуває більш глибокого сенсу в контексті вирішення сучасних завдань суспільства і, насамперед, розвитку людини, її фізичних можливостей, духовного потенціалу тощо. Визнані фахівці в галузі теорії та методики фізичного виховання, педагогіки, психології розвитку та акмеології приділяють велику увагу формуванню професійно важливих якостей майбутнього фахівця, від якого, безумовно, залежить становлення його професіоналізму та досягнення «акме», тобто вершини свого розвитку. У представленій статті розглянуто особливості формування професійно важливих фізичних і психічних якостей майбутнього фахівця, визначено взаємозв'язок між розвитком фізичних і психічних якостей особистості у процесі фізичного виховання. У результаті дослідження автором визначено концепцію організації акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей.

Ключові слова: акмеологія, професійно орієнтоване фізичне виховання, професійно важливі якості, студенти аграрних спеціальностей, професіоналізм, акме, розвиток.

Sakhnenko Anna

Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko

THE FORMATION PECULIARITIES OF STUDENTS STUDYING ON AGRICULTURAL SPECIALITIES PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES IN THE ACMEOLOGICALLY ORIENTED PROFESSIONALLY ORIENTED PHYSICAL EDUCATION PROCESS

Summary. In the modern educational space, professional physical training is interpreted as a necessary prerequisite and at the same time as a means of FC forming of a future specialist in a particular industry. Thus, the latest stage of physical education development is characterized by the integration of socio-philosophical, medical-biological and psychological-pedagogical areas of specialists' professional and applied physical training, substantiated in the previous years' research. In this context, students' professional and applied physical training is considered by modern scientists as a process of professional physical culture formation of the future specialist in the mastering course of educational, upbringing and developmental values. This is evidenced by numerous foreign and domestic scientists' studies on students' PFP of various specialties and specializations. The today realities, the intensive renewal of the socio-economic, scientific and technical sphere and the society spiritual life causes an increase in the requirements for the student youth capacity, who are called taking an active part in this process initiating and organizing. Modern conditions of higher education (hereinafter higher educational institutions) of Ukraine are characterized by intensification and professional orientation, the process of reforming higher education, in accordance with the European educational space requirements, aimed primarily at improving the educational quality of future professionals capable for hard long-term work. One of the essential integration attributes into the European educational space is the renewal of the educational content. Recently, scientists have been intensively developing methods for quantitative and qualitative assessment of the highest subsystem of the human personality structure, its worldviews of socio-psychological orientation. This area is very important for the selection of training tools and methods of future specialists of the agro-industrial complex and vocational training as its component. In this regard, research in this area is of particular importance and needs further development. The foundations of the formation process of a harmoniously developed personality of the agro-industrial sector future specialist are laid in higher education. Its fundamental aspects are: the formation of professionally important qualities, strengthening health, the negative attitude towards bad habits, achieving high and sustainable performance through physical culture and sports. And that is why the acmeological orientation of professionally oriented physical education is of special importance, because acmeologically oriented professionally oriented physical education acquires the deeper meaning in the context of solving society modern problems and, above all, human development, physical capabilities, spiritual potential and so on. Recognized specialists in the field of theory and methods of physical education, pedagogy, developmental psychology and acmeology pay great attention to the formation of future specialist's professionally important qualities, which certainly depend on the professionalism formation and "acme" achievement, in other words its development peak. The formation peculiarities of the future specialist's professionally important physical and mental qualities are considered, the relationship between the development of personality's physical and mental qualities in the physical education process are identified in the presented article. As a result of the research, the author defined the organization concept of acmeologically directed students of agricultural specialties professionally oriented physical education.

Keywords: acmeology, professionally oriented physical education, professionally important qualities, students of agricultural specialties, professionalism, acme, development.

Постановка проблеми. Одним із пріоритетних напрямків державної політики нашої країни у сфері освіти є підготовка кваліфікованих конкурентоспроможних фахівців, здатних до творчого мислення, професійного розвитку і самовдосконалення. Це зумовлює до пошуків сучасних підходів до організації навчального процесу у закладах вищої освіти, що зорієнтоване на активну взаємодію суб'єктів освітнього процесу, впровадження інноваційних, у тому числі, акмеологічних технологій та інтерактивних форм навчання. Одним із наукових підходів, здатних покращити підготовку майбутніх фахівців, створити передумови до їх професійного самовдосконалення та самоактуалізації нами визначено акмеологічний підхід.

На думку дослідниці Т. Г. Дереди, в межах акмеологічного підходу особистісні, індивідуальні та суб'єктно-діяльнісні характеристики людини розглядаються у поєднанні, у взаємозв'язках і опосередковано, задля того, щоб сприяти досягненню акме і самореалізації майбутнього фахівця [14, с. 92].

Стан зрілості людини не може виникнути у неї відразу: вся попередня життєдіяльність і досвід особистості визначає, з якими якостями вона досягне ступеню зрілості і який обсяг знань, вмінь і навичок вона засвоїть до моменту, коли стане дорослою [8, с. 8]. З огляду на це, зазначимо, що знання, вміння і навички майбутній фахівець набуває саме протягом навчання у закладі вищої освіти.

Формування професійних якостей майбутніх аграріїв у процесі навчання є одним із найважливіших завдань вищої освіти. Вибір спеціального професійно орієнтованого напрямку використання засобів фізичної культури та спорту для підготовки до сучасної висококваліфікованої праці в агропромисловому виробництві вимагає певного профілювання фізичного виховання, що буде враховувати особливості обраної професії. Професійно орієнтована спрямованість аграрної вищої освіти обумовлює необхідність у процесі формування особистості майбутнього фахівця особливу увагу звертати на розвиток його професійних якостей. При цьому повинна бути сформована система навчальної діяльності студента з урахуванням професійної специфіки, що значною мірою визначає ефективність його майбутньої трудової діяльності [6; 7].

Роботу виконано відповідно до зведеного плану науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка на 2016–2020 рр. за темою «Теоретичні і методичні основи фізкультурної освіти різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U000900).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Важливого значення для визначення змісту, організаційних форм та методів акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання набувають наукові пошуки дослідників Л. П. Пилипея, В. П. Краснова, В. М. Хомича, Є. О. Карабанова, С. В. Гвоздецької, О. С. Хоменка, у яких окреслено вимоги до професійно орієнтованої фізичної підготовки майбутніх фахівців аграрної промисловості.

У працях науковців Г. Л. Апанасенка, М. Я. Віленського, Г. Л. Воскобойнікової, Л. І. Лубишевої, В. І. Столярова, Ж. К. Холодова обґрунтовано використання технологій фізичного виховання і навчання з метою збереження здоров'я.

Дослідженням розвитку морально-вольової сфери присвячені праці багатьох вчених у галузі педагогіки та психології. Особливостям впливу спортивної та навчальної діяльності на розвиток морально вольових якостей особистості присвячені дослідження В. Селіванова, Е. Ільїна, А. Пуні, Б. Смірнова та інших.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Ґрунтовний аналіз наукових джерел дозволяє констатувати, що, незважаючи на значну кількість наукових праць у галузі педагогіки, психології, теорії та методики фізичного виховання і акмеології, особливості формування професійно важливих якостей майбутніх фахівців аграрної промисловості у процесі акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання залишаються малодослідженими.

Формування цілей статті. Мета нашого дослідження – на основі теоретичного аналізу науково обґрунтувати особливості формування професійно важливих якостей студентів аграрних спеціальностей у процесі акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу дослідження. З позицій акмеологічного підходу акме (вершина) розглядається як «багатовимірна характеристика стану дорослої людини, що охоплює певний період його прогресивного розвитку, пов'язаного з певними професійними, особистісними та соціальними досягненнями» [1, с. 12; 22, с. 211]. Однак, ми погоджуємося з думкою А. А. Бодальова і вважаємо, що «в рівній мірі акмеологія освіти досліджує людину як на ступенях довузівської підготовки, вибору майбутньої професії, так і в ході навчання у виші від предмету до предмету, від курсу до курсу...» [8, с. 19]. При такому підході більша увага приділяється саме рівню досягнень майбутнього фахівця.

Науковець В. Хомич зазначає, що система діяльності техніків-механіків аграрної промисловості пов'язана зі складними кліматичними умовами, нерегламентованим ритмом і режимом праці, незручними робочими позами, шумом, поганим освітленням робочого місця. Якісно оволодіти професією та досягти високої майстерності можуть особи з рухливою, урівноваженою, сильною нервовою системою і високою лабільністю. Тому, як відзначає науковець, для успішної діяльності фахівець повинен мати добре розвинену координацію рухів, високу сенсомоторну швидкість, рівновагу, точну диференціацію часових, силових і просторових параметрів, високий рівень сили, загальної та силової витривалості [29].

Є. О. Карабанов та І. Г. Бондаренко виокремили спеціальні проблеми, які повинна вирішувати професійно орієнтована фізична підготовка на основі загальної фізичної підготовки [9; 17]:

1. Забезпечення високого рівня функціонування основних фізіологічних систем організму в умовах сучасного аграрного виробництва.

2. Формування психофізичних і спеціальних якостей, які визначають успішність майбутньої

професійної діяльності: загальної витривалості, силової та статичної витривалості, сили, швидкості рухів і реакцій, спритності, гнучкості, координації рухів, стійкості вестибюлярного апарату, витривалості до високих і низьких температур, стійкості до гіпоксії та гіподинамії, відчуття часу та простору, спостережливості, оперативного мислення, емоційної стійкості, ініціативності тощо.

3. Передача знань, умінь і навичок із використання засобів фізичної культури: для нівелювання дії на організм несприятливих чинників зовнішнього середовища, специфічних умов професійної діяльності та професійних шкідливостей; для активного відпочинку та відновлення працездатності (у робочий та вільний час); для досягнення працездатності й високопродуктивної праці у професійній діяльності.

4. Формування рухових умінь і навичок, що сприяють досягненню об'єктивної готовності студентів до успішної трудової діяльності.

5. Виконання службових і суспільних функцій із впровадження фізичної культури та спорту у професійному колективі, формування особистості та її моральних якостей [відданість справі, працелюбність, колективізм, вимогливість до себе, справедливість, чесність, повага до людей, почуття власної гідності тощо].

Суттєве значення для успіху в роботі фахівців аграрної промисловості мають риси і якості особи, які реалізуються в процесі фізичного виховання. Необхідно мати гарний фізичний розвиток, високий рівень функціонування і надійності організму в цілому та його окремих систем [17; 24].

Л. П. Пилипей у професіографічних дослідженнях об'єднав спеціальності аграрної промисловості у природничо-аграрну групу спеціальностей, визначивши особливості умов праці, професійно важливі фізичні та психічні якості майбутнього фахівця-аграрія. До професійно важливих фізичних якостей науковцем віднесено [24]:

- загальну витривалість;
- силову статичну витривалість;
- швидкісну витривалість;
- вибухову силу;
- силу м'язів плечового поясу;
- координаційні здібності.

Важливу роль у формуванні особистості фахівця-професіонала аграрної промисловості відіграє розвиток професійно значущих якостей і формування ціннісних установок, що складають основу професіоналізму і створюють передумови для саморозвитку і самовдосконалення майбутнього спеціаліста як у період навчання у закладі вищої освіти так і впродовж його професійної діяльності. Розробляючи професіограму для фахівців природничо-аграрної групи спеціальностей, науковець Л. П. Пилипей визначив наступні професійно значущі якості [24]:

- емоційна стійкість;
- цілеспрямованість;
- дисциплінованість;
- ініціативність;
- самостійність;
- сміливість;
- наполегливість;
- витримка;
- гнучкість мислення;
- здатність до концентрації уваги;

- творче мислення;
- здатність витримувати фізичне і психічне навантаження;
- здатність працювати в команді;
- прагнення до активної взаємодії з іншими людьми;
- бажання самовдосконалюватися;
- здатність до емпатії;
- терпимість;
- співпереживання;
- здатність міняти плани і варіанти вирішення завдань під об'єктивним впливом обставин зовнішнього середовища.

На думку Н. В. Устиної, в усіх ланках системи освіти нашої країни зміцнення і розвиток фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я кожного члена суспільства передбачає використання засобів фізичного виховання та здійснення фізкультурно-оздоровчої роботи [26]. Науковці Т. П. Кравченко, Т. Ю. Троценко і Н. О. Базилевич стверджують, що засоби фізичного виховання та спорту відіграють важливу роль у процесі формування морально-вольових якостей студентської молоді [18].

Досліджуючи вплив занять різними видами спорту на розвиток фізичних і вольових якостей підлітків, А. О. Артюшенко зазначає, що систематичні заняття одноборствами сприяють розвитку сили, силової витривалості, гнучкості. Науковець підкреслює, що в результаті проведеного дослідження у юнаків одночасно з розвитком фізичних якостей спостерігається позитивна динаміка і за показниками вольових якостей – самостійності, наполегливості, рішучості, волі, сили характеру, впевненості у собі і власних можливостях. На думку автора, заняття спортивними одноборствами сприяють значним позитивним змінам у фізичному, психологічному й емоційному розвитку людини [3].

За даними науковців Г. О. Топчієвої та А. М. Смовженко, заняття фізичною культурою, спортивні тренування та змагальна діяльність значно покращують розвиток сили волі, сміливості, самовладання, рішучості, впевненості у власних силах, витримки, дисциплінованості, почуття колективізму, відданості своєму колективу, чесності, поваги до суперника, здатності підкорити свою поведінку нормам спортивної етики, об'єму уваги й пам'яті, здатності здійснювати велику кількість розумових операцій студентства. Автори підкреслюють, що в системі «стан організму – оптимальне фізичне навантаження – розумова працездатність» остання ланка перебуває у прямій залежності від двох перших [25].

Дослідження динаміки показників рівня швидко-силової та психологічної підготовленості юнаків 16-18 років засвідчують позитивний вплив використання легкоатлетичних вправ на покращення показників швидкісних і швидко-силових якостей, рівня прояву мотивації до успіху, впевненості у собі та самооцінки [15].

О. Васюк відзначає позитивний вплив рухових ігор з елементами хортингу і змагальної діяльності на розвиток фізичних якостей особистості – сили, загальної та силової витривалості, і морально-вольових – сміливості, рішучості, цілеспрямованості, наполегливості, взаємоповаги, взаємовиручки, відповідальності, уміння працювати в команді [10].

На думку науковця П. А. Виноградова, використання ігрового та змагального методів у навчальному процесі з фізичного виховання найбільш повно забезпечує потреби особистості у прояві самосвідомості, комунікації, духовному і фізичному розвитку, відпочинку і розвагах. Ігровий метод створює передумови для розвитку спритності, силових та швидкісних здібностей, самостійності, ініціативності, здатності діяти в ускладнених умовах. Автор підкреслює, що ігрова діяльність є ефективним методом виховання здатності взаємодіяти у колективі, взаємодопомоги, свідомої дисципліни, розвитку вміння аналізувати, порівнювати, узагальнювати і робити висновки [11].

Необхідною умовою ефективного виховання морально-вольових якостей студентства в умовах навчального процесу з фізичного виховання є створення різноманітних перешкод, долаючи які студенту необхідно виявляти вольові зусилля [2; 16]. На думку В. П. Озерова, формування морально-вольових якостей особистості необхідно узгоджувати з розвитком визначених фізичних якостей. Як зазначає автор, успішність формування вольових якостей значною мірою залежить від раціонального вибору засобів і методів фізичного виховання [16; 23].

Результати сучасних наукових досліджень засвідчують ефективність використання засобів кросфіту для розвитку фізичної і морально-вольової сфер студентства. За даними досліджень, заняття за методикою системи кросфіт впливають на покращення розвитку всіх фізичних якостей і стану здоров'я, вимагають прояву вольових зусиль, уваги, дисциплінованості, комунікативних здібностей і сприяють формуванню знань, умінь та навичок прикладного характеру, що стосуються насамперед фізіології рухової активності, гігієни харчування і спортивного тренування [5; 20; 27; 30; 31]. Дослідником В. Григор'євим експериментально підтверджено позитивний вплив використання засобів футболу та жіночого кросфіту на покращення фізичної підготовленості студентів чоловічої та жіночої статі [13].

Н. О. Базилевич і О. С. Тонконог, розглядаючи вплив занять за методикою кросфіт на формування мотивації студентства, відзначають підвищення інтересу до відвідування занять і виникнення бажання подальшого самоудосконалення серед студентської молоді в результаті використання засобів кросфіту у навчальному процесі з фізичного виховання. Науковці визначили чинники, що сприяють формуванню позитивної мотивації до відвідування занять, серед яких: урахування індивідуальних особливостей і вподобань студентів, запровадження нових підходів до організації занять з фізичного виховання, використання нових видів спорту та їх

елементів на заняттях з фізичного виховання у закладах вищої освіти [4].

Т. П. Малихіна і Н. І. Сердюк, розглядаючи шляхи розвитку вольових якостей засобами спорту, підкреслюють важливе значення самовиховання для розвитку волі особистості. Дослідниці зазначають, що наявність контролю і допомоги з боку тренера у процесі самовиховання значно підвищує його дієвість, внаслідок чого вольові якості набувають міцної моральної основи. На їхню думку, у процесі спортивної діяльності відбувається формування цілеспрямованості, ініціативності, самостійності, дисциплінованості, рішучості, сміливості та стійкості характеру [21].

Висновки з даного дослідження і перспективи. У процесі підготовки фахівця до умов майбутньої професійної діяльності вирішується велика кількість завдань. Але всі вони підпорядковані одній меті – формуванню всебічно розвинутої особистості фахівця-професіонала, успішного у професійній, суспільній і побутовій діяльності. Необхідною умовою досягнення мети є активна позиція майбутнього фахівця, що стає суб'єктом навчання, розвитку, саморозвитку, самокерування своєю діяльністю, організації навчального процесу шляхом вирішення завдань освітнього процесу. Акмеологічно спрямоване професійно орієнтоване фізичне виховання закладає основи формування професіоналізму, саморозвитку, створює передумови для самореалізації і досягнення вершин професійного і особистісного розвитку майбутніх фахівців аграрної промисловості.

На нашу думку, концепція організації акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей базується на засадах опосередкованого розвитку професійно значущих особистісних якостей і духовних цінностей майбутніх фахівців у процесі покращення фізичної підготовленості, стану фізичного здоров'я та рівня теоретичної обізнаності у сфері фізичної культури, спорту, професійно орієнтованої фізичної підготовки та акмеології і саморозвитку особистості під час практичних занять та самостійної роботи.

Специфіка нашого дослідження зумовлює зміщення акцентів з результату досягнення акме на процес його досягнення, що дозволяє розглядати формування професійних якостей у процесі акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання студентів-аграріїв під час навчання у закладі вищої освіти як передумову досягнення акме у майбутній професійній діяльності.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у перевірці ефективності організації акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання в умовах освітнього процесу студентів аграрних спеціальностей.

Список літератури:

1. Акмеология : учебник / под ред. А.А. Деркача. Москва : Изд-во РАГС, 2002. 256 с.
2. Артюшенко А.О. Виховання вольових якостей в учнів середнього шкільного віку в процесі занять фізичною культурою : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Київ, 2003. 20 с.
3. Артюшенко А.О. Особливості впливу занять різними видами одноборств на формування вольових та фізичних якостей дітей 12–13 років. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2017. № 3. С. 36–39.
4. Базилевич Н.О., Тонконог О.С. Вплив занять Кросфітом на формування мотивації студентів до регулярних занять фізичною культурою і спортом. *Молодий вчений*. 2017. № 42. С. 113–117.

5. Базилевич Н.О., Тонконог, О.С. Особливості використання нового виду спорту «Crossfit» у самостійній фізкультурно-оздоровчій роботі студентів. *Гуманітарний Вісник ДВНЗ «Переяслав-Хм. ДПУ імені Григорія Сковороди». Спецвипуск*. 2016. С. 136–142.
6. Базильчук В.Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Львів, 2004. 22 с.
7. Білогур В.С. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих закладах освіти : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Рівне, 2002. 21 с.
8. Бодалев А.А. Вершина в развитии взрослого человека. Москва, 1998. 168 с.
9. Бондаренко І.Г. Засоби професійно-прикладної підготовки у фізичному вихованні студентів-екологів : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Дніпропетровськ, 2009. 17 с.
10. Васюк О. Розвиток фізичних і морально-вольових якостей під час уроків фізичного виховання засобами хортингу у дітей середніх класів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2016. № 4. С. 38–40.
11. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни. Проблемы и перспективы массовой спортивной индивидуализации. Москва, 1991. 98 с.
12. Гвоздецька С.В., Рибалко П.Ф., Чередніченко С.В. Професійно-прикладна фізична підготовка. Суми, 2017. 110 с.
13. Григор'єв В. Динаміка фізичної підготовленості студентів під час секційних занять кросфітом та футболом. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2017. № 6. С. 31–35.
14. Дерека Т.Г. Неперервна професійна підготовка фахівців фізичного виховання: акмеологічні засади. Київ, 2016. 528 с.
15. Друзь В.А., Бондаренко Р. Динаміка показників рівня швидкісно-силової та психологічної підготовленості стрибунів у висоту. *Журнал легкої атлетики*. 2018. № 2. С. 14–18.
16. Дудник І.О. Формування вольових якостей у студентів у процесі занять фізичною культурою. Черкаси, 2016. 72 с.
17. Карабанов Є.О. Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх фахівців агропромислового виробництва. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2015. № 1. С. 34–38.
18. Кравченко Т.П., Троценко Т.Ю., Базилевич Н.О. Особливості виховання у студентської молоді морально-вольових якостей під час занять фізичною культурою. *Молодий вчений*. 2019. № 4. С. 12–16.
19. Краснов В.П. Фізичне виховання: психофізичні вимоги до фахівців агропрому. Київ, 2000. 133 с.
20. Кузнецова О.Т., Зубрицький Б.Д., Сініцина О.В. Визначення рівня фізичної підготовленості студентів першого курсу університету. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 3. С. 147–152.
21. Малихіна Т.П., Сердюк Н.І. Психологія спорту. Бердянськ, 2015. 250 с.
22. Міненко Н. Акмеологічний підхід у процесі професійно-творчого саморозвитку майбутнього вчителя початкової школи. *Витоки педагогічної майстерності*. 2015. № 15. С. 210–216.
23. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. Дубна, 2002. 320 с.
24. Пилипей Л.П. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів : дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Київ, 2011. 513 с.
25. Топчівєва Г.О., Смовженко А.М. Роль фізичної культури і спорту у розвитку студента. *Педагогічні науки, фізичне виховання та спорт*. 2012. № 102. С. 377–379.
26. Устинова Н.В. Компетентнісний підхід до формування здорового способу життя учнів. *Наукові праці Черноморського державного університету імені П. Могили комплексу «Києво-Могилянська академія». Сер. С. Педагогіка*. 2013. № 203. С. 52–56.
27. Федечко О., Сіренко Р. Застосування засобів системи CrossFit у фізичному вихованні студентів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2016. № 1. С. 190–193.
28. Хоменко О.С. Удосконалення процесу фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на основі секційних занять військово-спортивним багатоборством : автореф. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Суми, 2019. 22 с.
29. Хомич В.М. Професійно-прикладна фізична підготовка техніків-механіків. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2009. № 2. С. 267–271.
30. Knapp B. A. Rxd and shirtless: An examination of gender in a CrossFit box. *Women in Sport and Physical Activity*. 2015. № 23. P. 42–53. URL: <http://journals.humankinetics.com/wspaj-back-issues/wspaj-volume-23-issue-1-april/rxsquod-and-shirtless-an-examination-of-gender-in-a-crossfit-box> (дата звернення: 26.08.2020).
31. Partridge J. A., Knapp B. A., Massengale B. A. An investigation of motivational variables in CrossFit facilities. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2014. № 28. P. 1714–1721.

References:

1. Derkacha, A.A. (ed.) (2002). *Akmeologiya: uchebnik* [Acmeology: manual]. Moskva: Yzd-vo RAGS, 256 p. (in Russian)
2. Artyushenko, A.O. (2003). *Vykhovannya volovykh yakостей v uchniv serednogo shkilnogo viku v procesi zanyat fizychnoyu kulturoyu* [Education of strong-willed qualities in middle school students in the physical education process] (PhD Thesis abstract: 13.00.07). Kyiv. (in Ukrainian)
3. Artyushenko, A.O. (2017). *Osoblyvosti vplyvu zanyat riznymy vydamy odnaborstv na formuvannya volovykh ta fizychnykh yakостей ditej 12-13 rokiv* [Features of the influence of different types classes of martial arts on the formation of 12-13 years children volitional and physical qualities]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova*, no. 3, pp. 36–39. (in Ukrainian)
4. Bazylevych, N.O., & Tonkonog, O.S. (2017). *Vplyv zanyat Krosfitom na formuvannya motyvacyi studentiv do regulyarnykh zanyat fizychnoyu kulturoyu i sportom* [The CrossFit classes influence on the students' motivation formation for regular physical education and sports]. *Molodyj vchenyj*, no. 42, pp. 113–117. (in Ukrainian)
5. Bazylevych, N.O., & Tonkonog, O.S. (2016). *Osoblyvosti vykorystannya novogo vydu sportu «Srossfit» u samostijnij fizkulturno-ozdorovchij roboti studentiv* [Features of using the new sport “Crossfit” in students' independent physical culture and health work]. *Gumanitarnyj Visnyk DVNZ «Pereyaslav-Xm. DPU imeni Grygoriya Skovorody» Specvypusk*, pp. 136–142. (in Ukrainian)
6. Bazylchuk, V.B. (2004). *Organizacijni zasady aktyvizacyi sportyuno-ozdorovchoyi diyalnosti studentiv v umovax vyshhogo navchalnogo zakladu* [Organizational bases of activization of students' sports and improving activity in the higher educational institution conditions]. (PhD Thesis abstract). Lviv. (in Ukrainian)

7. Bilogur, V.Ye. (2002). Teoretyko-metodychne zabezpechennya fizychnogo vixovannya u vyshhyx zakladax osvity [Theoretical and methodological support of physical education in higher education] (PhD Thesis abstract). Rivne.
8. Bodalev, A.A. (1998). Vershyna v razvytii vzosrologo cheloveka [The pinnacle of adult development]. Moskva: Flynta, Nauka, 168 p. (in Ukrainian)
9. Bondarenko, I.G. (2009). Zasoby profesijno-prykladnoi pidgotovky u fizychnomu vixovanni studentiv-ekologiv [Means of professional and applied training in physical education of students-ecologists] (PhD Thesis abstract). Dnipropetrovsk. (in Ukrainian)
10. Vasyuk, O. (2016). Rozvytok fizychnyx i moralno-volovyx yakостей pid chas urokiv fizychnogo vixovannya zasobamy xortyngu u ditej serednix klasiv [Development of physical and moral and volitional qualities during physical education lessons by means of horting in middle school children]. *Teoriya i metodyka fizychnogo vixovannya i sportu*, no. 4, pp. 38–40. (in Ukrainian)
11. Vynogradov, P.A. (1991). *Fizicheskaya kultura i zdorovy obraz zhyzni. Problemy i perspektivy massovoj sportivnoj individualizacii* [Physical culture and a healthy lifestyle. Problems and prospects of mass sports individualization]. Moskva: Mysl, 98 p. (in Russian)
12. Gvozdeczka, S.V., Rybalko, P.F., & Cherednichenko, S.V. (2017). Profesijno-prykladna fizychna pidgotovka [Professional and applied physical training]. Sumy: Czoma S.P. (in Ukrainian)
13. Grygoryev, V. (2017). Dynamika fizychnoi pidgotovlenosti studentiv pid chas sekcijnyx zanyat krosfitom ta futbolom [Dynamics of students' physical fitness during sectional classes in crossfit and football]. *Slobozhanskyj naukovo-sportyunnyj visnyk*, no. 6, pp. 31–35. (in Ukrainian)
14. Dereka, T.G. (2016). *Nepererвна profesijna pidgotovka faxivciv fizychnogo vixovannya: akmeologichni zasady* [Continuing professional training of physical education specialists: acmeological principles]. Kyiv: «Edeljevs», 528 p. (in Ukrainian)
15. Druz, V.A., & Bondarenko, R. (2018). Dinamika pokaznykiv rivnyia shvydkisno-sylovoyi ta psyxologichnoi pidgotovlenosti strybnuniv u vysotu [Dynamics of level indicators of high jumpers' speed-power and psychological readiness]. *Zhurnal legkoi atletyky*, no. 2, pp. 14–18. (in Ukrainian)
16. Dudnyk, I.O. (2016). *Formuvannya volovyx yakостей u studentiv u procesi zanyat fizychnoyu kulturoyu* [Formation of students' volitional qualities in the physical education process]. Ch.: Cherkaskyj nacionalnyj universytet im. B. Xmelnyczkogo, 72 p. (in Ukrainian)
17. Karabanov, Ye.O. (2015). Profesijno-prykladna fizychna pidgotovka majbutnix faxivciv agropromyslovogo vyrobnyctva [Professional and applied physical training of future specialists of agro-industrial production]. *Pedagogika, psyxologiya ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vixovannya i sportu*, no. 1, pp. 34–38. (in Ukrainian)
18. Kravchenko, T.P., Trocenko, T.Yu., & Bazylevych, N.O. (2019). Osoblyvosti vixovannya u studentskoyi molodi moralno-volovyx yakостей pid chas zanyat fizychnoyu kulturoyu [Peculiarities of education of student youth moral and volitional qualities during physical education classes]. *Molodyj vchenyj*, no. 4, pp. 12–16. (in Ukrainian)
19. Krasnov, V.P. (2000). *Fizyчне vixovannya: psyxofizychni vymogy do faxivciv agropromu* [Physical education: psychophysical requirements for agro-industry specialists]. Kyiv: Agrarna osvita. (in Ukrainian)
20. Kuznyeczova, O.T., Zubryczkyj, B.D., & Sinicyna, O.V. (2015). Vyznachennya rivnyia fizychnoi pidgotovlenosti studentiv pershogo kursu universytetu [Determining the level of freshers' physical fitness of the university]. *Fizyчне vixovannya, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi*, no. 3, pp. 147–152. (in Ukrainian)
21. Malyxina, T.P., & Serdyuk, N.I. (2015). *Psyxologiya sportu* [Psychology of sport]. Berdyansk: BDPU, 250 p. (in Ukrainian)
22. Minenok, N. (2015). Akmeologichnyj pidxid u procesi profesijno-tvorchogo samorozvytku majbutnogo vchytelya pochatkovoyi shkoly [Acmeological approach in the process of professional and creative self-development of the future primary school teacher]. *Vytoky pedagogichnoi majsternosti*, no. 15, pp. 210–216. (in Ukrainian)
23. Ozerov, V.P. (2002). *Psyxomotornye sposobnosti cheloveka* [Human psychomotor abilities]. Dubna: «Feniks+», 320 p. (in Russian)
24. Pylypej, L.P. (2011). *Teoretyko-metodychni osnovy profesijno-prykladnoi fizychnoi pidgotovky studentiv vyshhyx nauchalnyx zakladiv* [Theoretical and methodological bases of students' professional and applied physical training of higher educational institutions] (d PhD Thesis: 24.00.02). Kyiv. (in Ukrainian)
25. Topchiyeva, G.O., & Smovzhenko, A.M. (2012). Rol fizychnoi kultury i sportu u rozvytku studenta [The role of physical culture and sports in student development]. *Pedagogichni nauky, fizyчне vixovannya ta sport*, pp. 377–379. (in Ukrainian)
26. Ustynova, N.V. (2013). Kompetentnisnyj pidxid do formuvannya zdorovogo sposobu zhyttya uchniv [Competence approach to the formation of students' healthy lifestyle]. *Naukovi praci Chornomorskogo derzhavnogo universytetu imeni P. Mogyly kompleksu «Kyievo-Mogylyanska akademiya»*. Ser.: *Pedagogika*, no. 203, pp. 52–56. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchduped_2013_215_203_14 (in Ukrainian)
27. Fedechko, O., & Sirenko R. (2016). Zastosuvannya zasobiv systemy CrossFit u fizychnomu vixovanni studentiv [Application of CrossFit tools in students' physical education]. *Fizyчна kultura, sport ta zdorovya nacyi*, no. 1, pp. 190–193. (in Ukrainian)
28. Xomenko, O.S. (2019). *Udoskonalennya procesu fizychnogo vixovannya studentiv agrarnyx specialnostej na osnovi sekcijnyx zanyat vijskovo-sportyunym bagatorbstvom* [Improving the process of students' physical education of agricultural specialties on the basis of sectional classes in military-sports all-around] (PhD Thesis abstract: 24.00.02). Sumy. (in Ukrainian)
29. Xomych, V.M. (2009). Profesijno-prykladna fizychna pidgotovka teknykiv-mexanikiv [Professional and applied physical training of technicians-mechanics]. *Fizyчне vixovannya, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi*, no. 2, pp. 267–271. (in Ukrainian)
30. Knapp, B.A. (2015). Rx'd and shirtless: An examination of gender in a CrossFit box. *Women in Sport and Physical Activity*, no. 23, pp. 42–53. Retrieved from: <http://journals.humankinetics.com/wspaj-back-issues/wspaj-volume-23-issue-1-april/rxsquod-and-shirtless-an-examination-of-gender-in-a-crossfit-box>
31. Partridge, J.A., Knapp, B.A., & Massengale, B.A. (2014). An investigation of motivational variables in CrossFit facilities. *Journal of Strength and Conditioning Research*, no. 28, pp. 1714–1721.