

Міністерство освіти і науки України
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Збірник наукових праць

Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки

№ 3 (31)

 **ULRICHSWEB™**
GLOBAL SERIALS DIRECTORY




RESEARCH BIBLE

MIAR

 **DRJI** Directory of Research Journals Indexing



CiteFactor
Academic Scientific Journals

Universal Impact Factor
Scientifically derived Journal Impact Factor

 **ICMJE** INTERNATIONAL COMMITTEE of
MEDICAL JOURNAL EDITORS

INDEX COPERNICUS
INTERNATIONAL

 **PBN** Polska Bibliografia Naukowa

Луцьк
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки
2015

Редакційна колегія

Цьось А. В. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (головний редактор);

Фізичне виховання і спорт

Андрійчук О. Я. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (заступник головного редактора);

Балахнічов В. В. – доктор педагогічних наук, професор, президент Всеросійської федерації легкої атлетики (Росія);

Бергер Ю. – доктор габілітований, надзвичайний професор, проректор з розвитку (Державна вища школа імені Папи Римського Івана Павла II в м. Бялій-Подлясці) (Польща);

Вільчковський Е. С. – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Давидов В. Ю. – доктор біологічних наук, професор (Поліський державний університет) (Білорусь);

Єдинак Г. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури);

Коцан І. Я. – доктор біологічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Круцевич Т. Ю. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Національний університет фізичного виховання і спорту України);

Лях Ю. Є. – доктор біологічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Томенко О. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка);

Ягенський А. В. – доктор медичних наук, професор (Волинський обласний центр кардіоваскулярної патології та тромболізу);

Козіброцький С. П. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (відповідальний секретар).

Педагогічні науки

Белікова Н. О. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (заступник головного редактора);

Волков В. Л. – доктор педагогічних наук, професор (Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова);

Гусак П. М. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Дубогай О. Д. – доктор педагогічних наук, професор (Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова);

Завидівська Н. Н. – доктор педагогічних наук, доцент (Львівський інститут банківської справи Університету банківської справи Національного банку України);

Куц О. С. – доктор педагогічних наук, професор (Херсонський державний університет);

Масловський Є. О. – доктор педагогічних наук, професор (Поліський державний університет) (Білорусь);

Пріма Р. М. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Смолюк І. О. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Ходінов В. М. – доктор із фізичної культури, ад'юнкт кафедри фізичної культури і здоров'я Радомської політехніки (Польща).

Ф 50 **Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві** : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. – № 3 (31). – 295 с.

У збірнику наукових праць подано окремі положення розвитку фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення, підготовки фахівців для галузі. Охарактеризовано методи, засоби тренування, особливості підготовки спортсменів, адаптації організму людей різного віку в процесі фізичного виховання, адекватність яких підкріплюється педагогічними, психологічними та медично-біологічними експериментами.

Журнал є науковим фаховим виданням України, у якому можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук за напрямками «Педагогічні науки» (дивитися перелік наукових фахових видань, затверджений наказом Міністерства освіти і науки України від 12 травня 2015 р. № 528) та «Фізичне виховання і спорт» (дивитися перелік наукових фахових видань, затверджений наказом Міністерства освіти і науки України від 13 липня 2015 р. № 747).

Збірник наукових праць відображається в базах даних IndexCopernicus; Polska Bibliografia Naukowa; Ulrich's Periodicals Directory; Directory of Research Journal Indexing; реферативній базі даних «Україніка наукова».

**УДК 796 (Д 82)
ББК 75 Я 43**

Ministry of Education and Science of Ukraine
Lesya Ukrainka Eastern European National University

PHYSICAL EDUCATION, SPORTS AND HEALTH IN MODERN SOCIETY

Collected scientific papers of
Lesya Ukrainka Eastern European National University
№ 3 (31)



Lutsk
Lesya Ukrainka Eastern European
National University
2015

Editorial board

Tsios A. V. – PhD in Physical Education and Sports, professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University) (editor-in-chief);

Physical Education and Sport

- Andriychuk O. Y.** – PhD in Physical Education and Sports, professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University) (deputy editor-in-chief);
- Bergier J.** – habilitated doctor, professor extraordinary, pro-rector for development, Pope John II State School of Higher Education in Białą Podlaska (Poland);
- Vilchkovskiy E. S.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor, corresponding member of Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine (Lesya Ukrainka Eastern European National University);
- Davydov V. Y.** — PhD in Biological Sciences, professor (Polesky State University) (Byelorussia);
- Yedynak H. A.** – PhD in Physical Education and Sports, professor (Lviv State University of Physical Culture);
- Kotsan I. Y.** – PhD in Biological Sciences, professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University);
- Krutsevych T. Y.** – PhD in Physical Education and Sports, professor (National University of Physical Education and Sports of Ukraine);
- Lyakh Y. Y.** – PhD in Biological Sciences, professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University);
- Rovnyi A. S.** – PhD in Physical Education and Sports, professor (Kharkiv State Academy of Physical Culture);
- Tomenko O. A.** – PhD in Physical Education and Sports, professor (A. S. Makarenko Sumy State Pedagogical University);
- Yahenskiy A. V.** – PhD in Medical Sciences, professor (Volyn Regional Center of cardiovascular disease and thrombolysis);
- Kozibrotskiy S. P.** – Candidate of Science in Physical Education and Sports, associate professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University) (executive clerk secretary).

Pedagogical Sciences

- Byelikova N. O.** – PhD in Pedagogical Sciences, associate professor (Lesya Ukrainka Eastern European (deputy editor-in-chief);
- Balakhnichov V. V.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor, President of All-Russia Athletic Federation (Russia);
- Volkov V. L.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor (National Pedagogical Dragomanov University);
- Husak P. M.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University);
- Dubohai O. D.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor (National Pedagogical Dragomanov University);
- Zavydivska N. N.** – PhD in Pedagogical Sciences, associate professor (Lviv Institute of Banking the University of Banking of the National Bank of Ukraine);
- Kuts O. S.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor (Kherson State University);
- Maslovskiy Y. O.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor (Polesky State University) (Byelorussia);
- Prima R. M.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University);
- Smoliuk I. O.** – PhD in Pedagogical Sciences, professor (Lesya Ukrainka Eastern European National University);
- Khodinov V. M.** – PhD in Physical Culture, adjunct of the Department of Physical Education and Health of Kazimierz Pulaski University of Technology and Humanities in Radom;

Ф 50 **Physical Education, Sports and Health in Modern Society : Collected Scientific Papers of Lesya Ukrainka Eastern European National University / compiling by A. V. Tsios, S. P. Kozibrotskiy.** – Lutsk : Lesya Ukrainka Eastern European National University, 2015. – № 3 (31). – 295 p.

Scientific works on separate regulations of physical culture, physical education of different groups of people, preparation of specialists are gathered in the digest. It was characterized methods, means of training, peculiarities of sportsmen's training, adjustment of human bodies of different age in the process of physical training, adequacy of which is strengthened by pedagogical, psychological, methodological and biological experiments.

The periodical is a scientific professional publication of Ukraine where it is possible to publish the results of theses for obtaining an academic degree of doctor and candidate of science according to specialties «Pedagogical sciences» (see the list of scientific professional publications approved by the Ministry of Education and Science of Ukraine, May 12, 2015, № 528) and «Physical education and sports» (see the list of scientific professional publications approved by the Ministry of Education and Science of Ukraine, July 13, 2015, № 747).

The digest of scientific works is reflected in databases IndexCopernicus; Polska Bibliografia Naukowa; Ulrich's Periodicals Directory; Directory of Research Journal Indexing; abstract database «Ukrainica Scientific».

**УДК 796 (Д 82)
ББК 75 Я 43**

ЗМІСТ

Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури

Олена Андрєєва, Олександра Блазій Система підготовки та підвищення кваліфікації фахівців фізичної рекреації.....	5
Едуард Вільчковський, Володимир Пасічник Фізичне виховання в школах Греції.....	10
Григорій Грибан Професійні відносини викладача фізичного виховання зі студентами під час формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей	15
Роман Карнюк Стратегія підвищення якості вищої фізкультурної освіти.....	21
Світлана Кокарева, Катерина Шеховцова, Олена Мілкіна, Борис Кокарев Вплив споживчих властивостей фізкультурно-оздоровчих послуг на мотивацію тих, хто займається регулярним оздоровчим тренуванням.....	25
Ольга Кольцова Анімаційна діяльність як засіб соціального виховання студентів факультету фізичного виховання та спорту	28
Петро Ладика, Галина Шандригось, Віктор Шандригось Особливості застосування дистанційного навчання під час викладання спортивно-педагогічних дисциплін.....	32
Ганна Леськів-Бондарчук Спецкурс «Організація та проведення спортивно-оздоровчої роботи з людьми третього віку» як важливий компонент формування готовності майбутніх фахівців із фізичного виховання	35
Ірина Малярєнко, Юрій Ромаскевич, Людмила Пушкіна Історія та перспективи розвитку жіночого марафону	39
Андрій Огнєстий, Валерій Єднак, Роман Власюк Фізична підготовленість та її місце в навчально-тренувальному процесі з гімнастики й у підготовці спортивного педагога	44
Ярослав Остафійчук, Ганна Презлята, Богдан Мицкан Валеологічні аспекти нормативно-правових документів щодо здоров'язберігальної діяльності серед різних верств населення	47
Людмила Сущенко Розвиток здібностей майбутніх фахівців із фізичної реабілітації в процесі фахової підготовки	52

Технології навчання фізичної культури

Piotr Winczewski Ocena zróżnicowania rodzajów kolumn ćwiczebnych stosowanych w grach i zabawach ruchowych	56
Володимир Волков Особливості формування рухових умінь і навичок у студентів спеціальної медичної групи	61
Олег Дикий Актуальні проблеми профільного навчання за спортивним напрямом старшокласників.....	65
Олександра Дубогай Навчання учнів початкової школи в системі здоров'язбереження засобами освітньо-рухової методики	69
Анатолій Кашиба Проектування моделі формування спеціальних рухових умінь та навичок у майбутніх учителів фізичної культури засобами баскетболу.....	74
Владимир Темченко Влияние информационных технологий на физическую подготовленность студентов, занимающихся баскетболом при спортивно-ориентированном физическом воспитании	78

Юрій Цюпак, Тетяна Цюпак Вплив управління та організаторської роботи тренера на підготовку спортсменів.....	83
Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення	
Алла Альошина, Олександр Бичук Розвиток координаційних здібностей школярів у процесі адаптивного фізичного виховання	88
Регіна Андрєєва Фізична працездатність студенток під впливом занять чирлідінгом.....	92
Ольга Андрійчук, Андрій Шевчук, Оксана Самчук, Анатолій Хомич Особливості фізичного й психологічного компонентів здоров'я студентів залежно від їхніх навчальних досягнень.....	96
Оксана Аннушак Характеристика фізичного розвитку та функціонального стану дітей молодшого шкільного віку зі сколіотичною деформацією хребта I–II ступеня.....	104
Ольга Багінська Динаміка та особливості прояву силових якостей школярів різних вікових груп як суттєвого фактору у розвитку їхньої рухової функції	109
Володимир Банах, Олена Довгань, Катерина Дмитрук Загальна характеристика стану здоров'я студентів I–II курсів	113
Сергій Бондаренко Особливості розвитку статичної витривалості та формування постави дітей 6–7 років у період адаптації до навчальних навантажень.....	117
Людмила Ващук Рівень фізичної активності дівчат старшого шкільного віку.....	120
Олексій Горпинич Вплив засобів фізичного виховання на розвиток рівня мотивації, щодо досягнення успіху, в навчальній діяльності студентів вищого навчального закладу	126
Владимир Давыдов, Наталья Колесникова, Наталья Ключко Физическая подготовленность студенток специализированного высшего учебного заведения, выполняющих работу до утомления	130
Світлана Демчук Особливості розвитку фізичних якостей у школярів із депривацією слуху	134
Ольга Касарда Стан фізичної підготовленості студенток вищих навчальних закладів.....	140
Тетяна Круцевич, Оксана Марченко, Тетяна Імас Проблема гендеру у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді.....	144
Олена Кузнєцова, Богдан Зубрицький, Олена Сініцина Визначення рівня фізичної підготовленості студентів першого курсу університету	147
Олександр Митчик, Ірина Кліш, Олександр Панасюк Фізична культура в здоровому способі життя студента.....	153
Олесь Пришва Інтегральний спосіб оцінювання впливу фізичної активності та харчування на фізичний стан чоловіків	156
Андрій Розтока Стан фізичної підготовленості учнів 5–6 класів загальноосвітніх навчальних закладів.....	160
Сергій Романчук Технології самоосвіти в галузі фізичної підготовки тп спорту командирів курсантських підрозділів вищих військових навчальних закладів	163
Ліліана Рядова Динаміка розвитку координаційних здібностей дітей середнього шкільного віку з вадами зору під впливом спеціально спрямованих вправ і рухливих ігор	168

<i>Serhiy Savchuk, Volodymyr Kovalchuk</i> Health and Structure of Morbidity College Students.....	173
<i>Тетяна Синиця, Людмила Шестерова, Сергій Синиця</i> Зміни фізичної підготовленості жінок першого зрілого віку під впливом занять з оздоровчої аеробіки.....	176
<i>Ярослав Смаль</i> Сім'я як чинник залучення до народної фізичної культури дітей 5–6 років.....	180
<i>Ольга Улыбина</i> Сравнительный анализ результатов анкетирования студенческой молодёжи России и Украины по проблемам физического воспитания.....	184
<i>Сергій Футорний, Світлана Калитка, Нінель Мацкевич, Ольга Рода, Володимир Михалевський</i> Вплив занять оздоровчою ходьбою на фізичний стан чоловіків другого зрілого віку	187
<i>Алла Хохла, Ольга Картюк, Ольга Базилевич</i> Аналіз показників фізичного розвитку студентської молоді.....	191
<i>Оксана Цьось, Ігор Андрійчук</i> Особливості фізичного й психологічного компонентів здоров'я населення залежно від місця проживання.....	194
<i>Анатолій Цьось, Юзеф Бергер, Олександр Сабіров</i> Рівень фізичної активності студентів вищих навчальних закладів.....	202
<i>Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація</i>	
<i>Ігор Григус</i> Регенерація функціонального стану хворих на інтермітуючу бронхіальну астму.....	211
<i>Микола Майструк</i> Методичні аспекти проведення фізичної реабілітації хворих на хронічне обструктивне захворювання легень	216
<i>Олімпійський і професійний спорт</i>	
<i>Светлана Атаманюк, Юрий Римар</i> Уровень физической подготовленности начинающих гребцов на этапе начальной подготовки в начале и в конце эксперимента.....	221
<i>Наталія Бачинська</i> Основні положення технології підготовки й тренувальних навантажень у парній акробатиці на етапах багаторічного вдосконалення	224
<i>Олександр Валькевич, Валерій Кузнєцов</i> Удосконалення нападаючого удару в юних волейболістів.....	229
<i>Саида Гасанова</i> Особенности атакующих действий высококвалифицированных женщин-боксеров	232
<i>Ольга Каковкина, Юлия Родина</i> Значение психологической подготовки в оптимизации спортивной деятельности у спортсменов-инвалидов.....	235
<i>Борис Кедровський, Олег Шалар, Іван Іздебський</i> Взаємозв'язок між фізичною та технічною підготовленістю юних борців.....	239
<i>Андрій Ковальчук, Олександр Куц</i> Динаміка фізичної працездатності волейболісток і її взаємозв'язок із фізичною підготовленістю в процесі річного тренувального циклу.....	242
<i>Олена Козлова</i> Сучасна система змагань із легкої атлетики та її вплив на змагальну діяльність спортсменів високої кваліфікації	245
<i>Ольга Кувалдіна, Олег Рибак, Людмила Рибак</i> Варіативність результатів спеціальних ділянок як критерій успішності ралійного екіпажу в багатоступінчатих змаганнях.....	253

Роман Райтер, Орест Лесько, Орест Борик	
Основні напрями спеціальної фізичної підготовки в рукоборстві	258
Людмила Тайболина, Елена Талатынник, Галина Гатилова	
Сравнительный анализ показателей адаптационных изменений сердечной мышцы и уровня работоспособности у квалифицированных хоккеистов	261
Вікторія Турлюк	
Тренувальні методи й вправи в структурі багаторічного тренувального процесу кваліфікованих бігунів на середні дистанції	266
Артем Федецький	
Вікова динаміка розвитку швидкісно-силових якостей у футболістів	269
Наші автори.....	274
Інформація для авторів	286

CONTENT

Historical, Philosophical, Legal and Staff Problems of Physical Culture

Olena Andryeyeva, Oleksandra Blagiy The System of Training and Qualification Improvement of Specialists in Physical Recreation	5
Eduard Vilchkovskiy, Volodymyr Pasichnyk Physical Education in Schools of Greece	10
Hryhoriy Hryban Professional Relationship of a Teacher of Physical Education with Students During the Formation of Sports and Health Improving Competencies	15
Roman Karpiuk The Strategy of Quality Improvement of Physical Culture Educatio	21
Svitlana Kokareva, Kateryna Shekhovtsova, Olena Milkina, Borys Kokarev The Influence of Consumer Properties of Physical Culture and Health-improvement Services on Motivation of Those Engaged in Regular Health-improvement Trainings.....	25
Olha Koltsova Entertainment Activity as Means of Social Education of Students of the Faculty of Physical Culture and Sports.....	28
Petro Ladyka, Halyna Shandryhos, Viktor Shandryhos Peculiarities of Applying of Distance Learning While Teaching of Sports-pedagogical Disciplines	32
Anna Leskiv-Bondarchuk The Special Course «Organization and Conducting of Sports and Health Improving Activities with People of the Third Age» as an Important Integral Component of the Formation of Readiness of the Future Specialists in Physical Education	35
Iryna Malyarenko, Yuriy Romaskevych, Liudmyla Pushkina History and Prospects of Development of Female Marathon	39
Andriy Ohnystyi, Valeriy Yednak, Roman Vlasiuk Physical Preparedness and its Place in Educational-training Process in Gymnastics and in Training of a Sports Pedagogues	44
Yaroslav Ostafiychuk, Anna Prezlyata, Bohdan Mytskan Valeological Aspects of Legal Documents in the Context of Health-saving Activity Among Different Population Groups.....	47
Liudmyla Sushchenko Development of Abilities of Future Specialists in Physical Rehabilitation in the Process of Professional Preparation	52

Technologies Of Education In Physical Training

Petro Vynchevskiy Differentiated Estimation of the Variants of Organization of Pupils in the Process of Conducting of Outdoor Games.....	56
Volodymyr Volkov Peculiarities of Motor Abilities and Skills Formation Among Students of a Special Medical Group.....	61
Oleh Dukyi The Problems of Sports Oriented Studying of Senior Pupils.....	65
Oleksandra Dubohai Training of Junior Pupils in the Health-preserving System by Means of Educational and Motor Methodology	69
Anatoliy Kashuba Design of the Model of Formation of Special Motor Skills and Ability Among Future Physical Culture Teachers by Means of Basketball	74

Volodymyr Temchenko Influence of Informational Technologies on Physical Background of Students Engaged Basketball in Sport-oriented Physical Education.....	78
Yuriy Tsiupak, Tetyana Tsiupak Influence of Managerial and Organizational Work of a Trainer on Preparation of Athletes.....	83

Physical Education of Different Groups

Alla Aleshina, Oleksandr Bychuk Development of Coordinating Abilities of Junior Pupils in the Process of Adaptive Physical Education. of Adaptive.....	88
Regina Andryeyeva Physical Capacity for Work of Female Students Under the Influence of Cheerleading Practicing.....	92
Olha Andriychuk, Andriy Shevchuk, Oksana Samchuk, Anatoliy Khomych Peculiarities of Physical and Psychological Components of the Students' Health Depending on Their Academic Achievements.....	96
Oksana Annushak Characteristics of Physical Development and Functional State of Children of Junior School Age with Scoliosis of the Spine of I–II Stage.....	104
Olga Bahynska Dynamics and Peculiarities of Strength Characteristics Demonstration by Pupils of Different age Groups as a Significant Factor in Development of their Motor Activity.....	109
Volodymyr Banakh, Olena Dovgan, Kateryna Dmytruk General Characteristics of Health Condition of Students of I–II Courses.....	113
Serhiy Bondarenko Peculiarities of Development of Static Endurance and Posture Formation of Children Aged 6–7 During the Period of Adaptation to Academic Loads.....	117
Ludmila Vaschuk Level of Physical Activity of Girls of Senior School Age.....	120
Alex Horpynych Effect of Physical Education on the Development of Motivation to Succeed in the Training of Students of Higher Educational Institution.....	126
Volodymyr Davydov, Nataliya Kolesnikova, Nataliya Klochko Physical Preparation of Students of a Specialized Higher Educational Establishment who Perform Their Work Until Fatigue.....	130
Svitlana Demchuk Peculiarities of Development of Physical Qualities of Pupils with Hearing Deprivation.....	134
Olha Kasarda Condition of Physical Fitness of Female Students in Higher Educational Institutions.....	140
Tetyana Krutsevych, Oksana Marchenko, Tetyana Imas The Problem of Gender in Physical Education of Children, Teenagers and Young People.....	144
Olena Kuznetsova, Bogdan Zubrytskyi, Olena Sinistina Defining of the Level of Physical Preparedness of Students of the First Course of University.....	147
Oleksandr Mytchyk, Iryna Klish, Oleksandr Panasiuk Physical Culture in Healthy Lifestyle of a Student.....	153
Oles Pryshva An Integral Method of Estimating the Impact of Physical Activity and Nutrition on Physical Condition of Men.....	156
Andriy Roztoka Condition of Physical Preparedness of Pupils of 5–6 th Grades of Comprehensive Educational Establishments.....	160

Sergii Romanchuk Self-educational Technologies of the Commanders of Cadets' Subunits of Higher Military Educational Institutions in the Field of Physical Training and Sports	163
Liliana Ryadova The Dynamics of Development of Coordinating Abilities of Children of the Average School Age With Visual Impairments Under the Influence of Specially Oriented Exercises and Outdoor Games.....	168
Sergii Savchuk, Volodymyr Kovalchuk Health and structure of morbidity college students.....	173
Tetiana Synytsia, Sergiy Synytsia, Liudmyla Shesterova Changes in Physical Preparedness of Women of the First Mature Age Under the Influence of Health-improving Aerobics	176
Yaroslav Smal Family as a Factor of Attraction to Native Physical Culture of Children Aged 5–6 Years Old	180
Olga Ulybina Comparative Analysis of the Results of Questioning of Student Youth of Russia and Ukraine on the Problems of Physical Education.....	184
Sergiy Futorny, Svitlana Kalytka, Ninel Matskevych, Olha Roda, Volodymyr Mykhalevskyi Influence of Recreational Walking on Physical Condition of Men of the Second Mature Age	187
Alla Khokhla, Olha Karpiuk, Olha Bazylevych The Analysis of Indices of Physical Development of Student Youth.....	191
Oksana Tsos, Ihor Andriychuk Peculiarities of Physical and Psychological Health Components of the Society Depending on the Place of Their Residence.....	194
Anatoly Tsos, Jozef Berhyer, Alexander Sabirov The Level of Physical Activity of Students in Higher Education	202

Therapeutic Physical Training, Sport Medicine and Physical Rehabilitation

Ihor Hryhus Regeneration of Functional Condition of the ill With Intermittent Bronchial Asthma	211
Mykola Mastruk Methodological Aspects of Physical Rehabilitation Conducting of the ill With Chronic Obstructive Pulmonary Disease	216

Olympic and Professional Sport

Svitlana Atamaniuk, Yuriy Rimar The Level of Physical Preparedness of Rowers-beginners at the Stage of Initial Training at the Beginning and at the end of the Experiment	221
Nataliya Bachynska The Main Principles of the Technology of Preparation and Training Loads in Pair Acrobatics on the Stages of Long-term Improvement	224
Oleksandr Valkevych, Valeriy Kuznetsov Improvement of Attacking Blow of Young Volleyball Players.....	229
Saida Gasanova Peculiarities of Offensive Actions of Highly Qualified Female Boxers.....	232
Olga Kakovkina, Yulia Rodina The Meaning of Psychological Training in Optimization of Sports Activity Among Athletes with Disabilities	235
Kedrovskiy Borys, Shalar Oleh, Izdebskiy Ivan Interrelation Between Physical and Technical Preparedness of Young Wrestlers	239

<i>Andriy Kovalchuk, Oleksandr Kuts</i>	
Dynamics of Physical Capacity of Female Volleyball Players and Its Interrelation with the Physical Training in the Process of Annual Training Cycle	242
<i>Olena Kozlova</i>	
Modern System of Competitions and its Influence on the Competitive Activity of Athletes of High Qualification	245
<i>Olga Kuvaldina, Oleh Rybak</i>	
Variability of the Results of Special Sections as Criteria of Successfulness of a Rally Crew in Many-stage Competitions	253
<i>Roman Rayter, Orest Lesko, Orest Boryk</i>	
Main Courses in Special Physical Preparation in Arm Wrestling	258
<i>Liudmyla Taybolina, Olena Talatynnik, Halyna Hatilova.</i>	
Comparative Analysis of Indices of Adaptive Changes of a Heart Muscle and Level of Workability of Qualified hockey Players	261
<i>Viktoriia Turliuk</i>	
Training Methods and Exercises in Structure of Long-term Training Carbro Skilled Runners on Midranges	266
<i>Artem Fedetskyi</i>	
Age Dynamics of the Development of Football Players' Speed-power Qualities	269
Our Authors	274
Information is for Authors	286

Проектування моделі формування спеціальних рухових умінь та навичок у майбутніх учителів фізичної культури засобами баскетболу

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. На сьогодні однією з актуальних проблем педагогіки фізичного виховання є проблема формування спеціальних рухових умінь та навичок майбутніх фахівців галузі фізичної культури й спорту, зокрема вчителів, оскільки зміни, що відбуваються в суспільно-економічному житті України, а саме орієнтація людей на здобуття певного соціального статусу, супроводжуються підвищеними вимогами до фізичного та психологічного здоров'я громадян, яке, зі свого боку, викликає тривогу, а в молодих фахівців його погіршення відбувається ще під час навчання у ВНЗ.

Упровадження інноваційних педагогічних технологій у систему підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання дає змогу розширити можливості їхньої методичної підготовки, що сприяє швидшому їх становленню як спеціалістів.

Повноцінному розв'язанню завдань фізичного виховання нашої країни сприяє широке використання спортивних ігор у системі фізично-оздоровчої й спортивно-масової роботи [5, 43].

Баскетбол як засіб фізичного виховання має досить високий виховний та оздоровчо-гігієнічний потенціал, сприяє зміцненню здоров'я, поліпшенню фізичного розвитку й ефективно використовується в професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури.

Аналіз досліджень цієї проблеми та публікацій свідчить, що професійна діяльність педагога, у тому числі вчителя фізичної культури, визначається низкою різних умінь та навичок. Багато вчених згодні з тим, що одним із чинників, які визначають педагогічну майстерність учителя, є рівень сформованості в нього спеціальних умінь, а відповідно – навичок (Б. Р. Голошапов, Л. І. Лубишева, Ж. К. Холодов) [7, 73].

Розглядаючи професійну підготовку майбутнього педагога, фахівці звертають увагу, передусім, на її зміст, тому що вона несе в собі певну сукупність знань умінь і навичок, володіння якими дає змогу працювати спеціалістам певної кваліфікації [1]. Про це свідчать дослідження О. А. Светнева (2009), В. В. Філіпова (2010), А. О. Твеліної (2012), С. М. Дейнеко (2012), Ю. В. Козерука (2013) та ін.

У педагогічній практиці науковцями для формування спеціальних рухових умінь і навичок досить широко застосовується модельний підхід.

Ефективність та доцільність використання модельного підходу обґрунтовано в працях А. Забори, О. Свириденко, Т. Поліщука й ін.

Використання методу моделювання для формування рухових умінь і навичок рекомендують також Т. Круцевич, В. Жамардй, О. Гладошук, Є. Котов та ін. Питання модельного підходу для формування спеціальних рухових умінь і навичок студентів вищих навчальних закладів розкрито в дослідженнях А. Твеліної, О. Бойко, І. Ткачевської та ін.

Актуальність дослідження зумовлена тим, що, незважаючи на достатню кількість наукових робіт, проблема формування спеціальних рухових умінь і навичок студентів ВНЗ – майбутніх учителів фізичної культури – засобами баскетболу залишається недостатньо вивченою.

Завдання дослідження – створити модель формування спеціальних рухових умінь і навичок майбутніх учителів фізичної культури в процесі навчально-тренувальних занять із баскетболу та обґрунтувати її доцільність.

Методи дослідження – теоретичний аналіз науково-методичної літератури, теоретичне моделювання, синтез та узагальнення даних.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. У практиці фізичної культури вміння виконувати окрему рухову дію розуміють як готовність суб'єкта навчання виконувати її, концентруючи увагу на кожному русі, що входить до її складу. Його формування відбувається через багаторазове повторення вправи в стандартних умовах. Уся увага при цьому зосереджується на окремих деталях, елементах рухової дії та просторово-динамічних характерис-

тиках рухів. Через їх складність засвоїти ці характеристики одночасно неможливо, тому багаторазове повторення вправи та її частин під безпосереднім контролем свідомості й пошуку способів найефективнішого їх виконання поступово приводить до вдосконалення та стабілізації окремих елементів рухових операцій із наступним їх поєднанням у рухову дію. Процес формування рухових умінь залежить від багатьох факторів (умови навчання, індивідуальні особливості, тип нервової системи, попередній досвід).

На перших етапах навчання рухові дії виконуються уповільнено, нестабільно, із зупинками, зайвими рухами та помилками. Такий рівень володіння вправою прийнято називати вмінням. Збільшення числа повторень із корекцією помилок приводить до невимушеного, плавного, безпомилкового, стабільного й економного виконання, вправа поступово автоматизується. Відбувається плавна трансформація вміння в навичку. На стадії формування навички поступово усуваються зайві рухи, удосконалюється міжч'язова координація, рухи стають точнішими в просторі, часі та за зусиллями. Усі рухи відтворюються невимушено, плавно, із високою точністю й стабільністю [3].

У науково-методичній літературі та педагогічній практиці виділяють такі послідовні етапи формування навичок:

1. *Підготовчий етап.* Аналіз мети заняття, виявлення наявного рівня навичок, підготовка системи вправ для тренування окремих навичок.

2. *Етап виконання.* Усвідомлення суб'єктом навчання сутності навички, що задається шляхом пояснень. Повторення завдання, словесний самоінструктаж, уключення у виконання описаних дій. Корекція й зворотний зв'язок, упорядкована практика, які гарантують закріплення нової навички.

3. *Етап оцінювання.* Оцінювання рівня виконання навички суб'єктом навчання стосовно цілей навчання, заданих на підготовчому етапі.

Для розв'язання поставлених завдань дослідження нами розроблено модель формування спеціальних рухових умінь і навичок студентів ВНЗ – майбутніх учителів фізичної культури в процесі навчально-тренувальних занять із баскетболу. Розроблена модель уключає в себе мету, завдання, технологію навчально-тренувальної діяльності, а також етапи формування спеціальних рухових умінь та навичок.

Запровадження розробленої моделі в навчально-виховний процес із фізичного виховання, на нашу думку, сприятиме оволодінню студентами спеціальними руховими вміннями й навичками.

Модель навчального процесу – це еталонне уявлення про навчання учнів, студентів, його конструювання в умовах конкретних освітньо-виховних закладів. Вона визначає цілі, основи організації та проведення навчального процесу. Основними її складниками мають бути цільовий, стимуляційно-мотиваційний, змістовий, процесуальний, контрольно-регулювальний, оцінно-результативний компоненти [2, 121].

Модель є орієнтиром системи формування спеціальних знань, рухових умінь і навичок студентів у процесі занять із фізичного виховання (у нашому випадку – із баскетболу). Орієнтовну структуру моделі представлено на рис. 1.

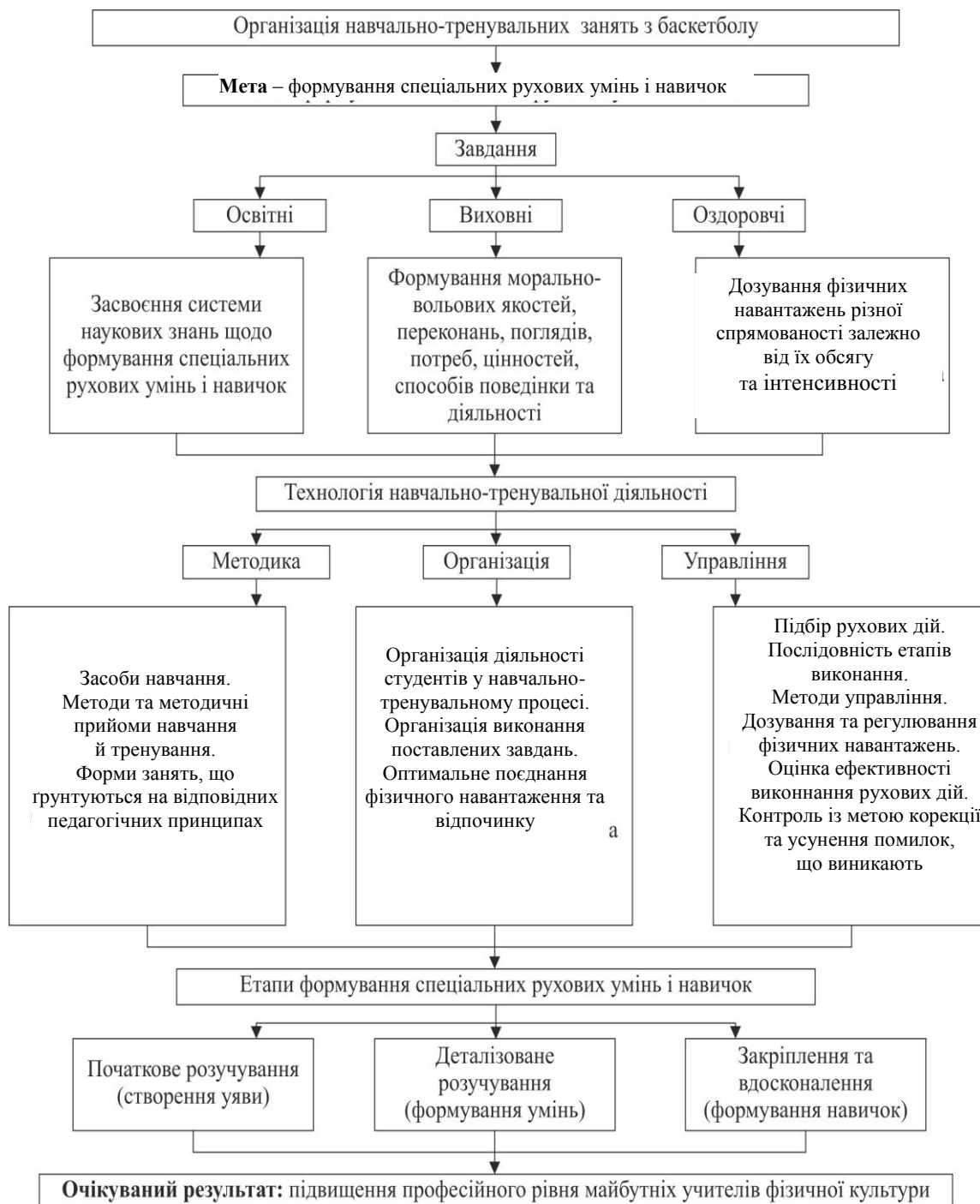


Рис.1. Технологічна модель формування спеціальних рухових умінь і навичок у майбутніх учителів фізичної культури засобами баскетболу

В основу запропонованої моделі покладено організацію навчально-тренувальних занять із баскетболу з розв'язанням стратегічних завдань: освітніх, виховних та оздоровчих. Усі три завдання взаємопов'язані, що забезпечується технологією навчально-тренувальних занять, використанням різних засобів, форм, методів і методичних прийомів навчання й тренування, організацією діяльності, методами управління та контролю за їх виконанням.

Основними засобами, що використовуються з метою формування спеціальних рухових умінь і навичок, є фізичні вправи з елементами баскетболу:

– загальнопідготовчі вправи застосовуються для підвищення загальної фізичної підготовленості, удосконалення рухових та функціональних можливостей організму, підвищення працездатності, розвитку основних фізичних якостей студентів;

– спеціальні підготовчі вправи спрямовані на розвитку тих м'язових груп і фізичних якостей, що є визначальними для оволодіння конкретними руховими навичками, а також із метою засвоєння технічних і тактичних прийомів гри;

– підвідні вправи – рухові дії, близькі за структурою до основних, що вивчаються.

Засоби навчання дають змогу студентам не тільки поповнити дефіцит рухової діяльності, забезпечуючи додаткові фізичні навантаження, але й зняти втому, сприяючи повноцінному відпочинку.

Реалізація засвоєння спеціальних рухових умінь і навичок відбувається за допомогою оптимізації системи педагогічних дій викладача, в основі якої лежить застосування ним відповідних методів і методичних прийомів.

Методи навчання й тренування в контексті нашого дослідження – «це способи взаємополученої діяльності тренера-викладача й учня-спортсмена, за допомогою яких передаються знання, засвоюються вміння та навички» [5, 94].

Вибір конкретного методу визначається педагогічними завданнями, змістом навчального матеріалу, підготовленістю спортсменів, наявністю матеріально-технічних можливостей [5, 94].

Аналіз даних сучасних наукових досліджень (М. О. Носко (2003), Л. Ю. Поплавський (2004), С. І. Присяжнюк (2008), Л. П. Пилипей (2009), М. Р. Батищева (2009) й ін.) засвідчує, що оволодіння технікою виконання фізичних вправ, елементів техніки спортивних ігор досягаються за умови правильного поєднання словесних і наочних методів навчання. Для формування рухових умінь та навичок використовують практичні методи (розчленованої й цілісної вправи).

Реалізація методів у конкретно обумовлених випадках формування відбувається через методичні прийоми та рекомендації, що враховують специфіку навчальних занять із баскетболу та потребують прояву відповідних спеціальних знань, умінь і навичок [6, 187].

Для формування спеціальних рухових умінь і навичок у процесі навчально-тренувальних занять із баскетболу ми виділяємо три етапи:

1) *етап початкове розучування (створення уяви)* відбувається початкове вивчення рухової дії;

2) *етап деталізованого розучування рухової дії (формування вміння)*. Цьому відповідає стадія засвоєння рухової дії до рівня вміння;

3) *етап закріплення та вдосконалення (формування навички)*. Цьому відповідає стадія засвоєння рухової дії на рівні навички.

Важливу роль у формуванні спеціальних умінь і навичок відіграє педагогічний контроль, який розглядається як апарат управління, що дає змогу об'єктивно оцінити стан рухової функції та техніки виконання рухової дії [4, 153].

Правильно організований педагогічний контроль уможливує перевірку ефективності навчально-тренувальних занять із баскетболу, що визначається очікуваним результатом.

Висновки. У результаті дослідження розроблено й охарактеризовано технологічну модель формування спеціальних рухових умінь і навичок у майбутніх учителів фізичної культури засобами баскетболу, що включає розв'язання освітніх і виховних завдань, розкриває технологію навчальної діяльності, виділяє етапи формування спеціальних рухових умінь і навичок, а також сприяє виконанню педагогічних завдань щодо вдосконалення підготовки висококваліфікованих фахівців у галузі фізичної культури й спорту.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо в апробації розробленої моделі формування спеціальних рухових умінь і навичок засобами баскетболу в практичній діяльності.

Джерела та література

1. Батищева М. Р. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / М. Р. Батищева. – Донецьк, 2009. – 270 с.
2. Жамардій В. Модель формування спеціальних умінь і навичок студентів вищих навчальних закладів у процесі занять із пауерліфтингу / В. Жамардій // Витоки педагогічної майстерності. – Серія : Педагогічні науки. – 2014. – Вип. 13. – С. 120.
3. Козерук Ю. В. Порівняння основ формування рухових умінь і навичок в процесі фізичного виховання та трудової діяльності / Ю. В. Козерук // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Педагогічні науки. – 2013. – Вип. 108(2).

4. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту / Т. Ю. Круцевич. – К. : НУФВСУ Олімп. л-ра, 2008. – Т. 1. – 392 с.
5. Поплавський Л. Ю. Баскетбол : підруч. для студ. та викладачів ВНЗФВіС та ф-тів фіз. вих., фахівців у галузі спорту / Л. Ю. Поплавський. – К. : Олімп. л-ра, 2004. – 448 с.
6. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання : навч. посіб. для студ. вузів / С. І. Присяжнюк. – К. : Центр навч. л-ри, 2008. – 503 с.
7. Твеліна А. Критерії сформованості спеціальних рухових навичок у майбутніх учителів фізичної культури / А. Твеліна // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк : СНУ ім. Лесі Українки, 2012. – № 1 (21) – С. 75–79.

Анотації

У статті запропоновано модель формування спеціальних рухових умінь і навичок у майбутніх учителів фізичної культури засобами баскетболу. Визначено основні завдання, розкрито технологію навчально-тренувальної діяльності та обґрунтовано її складники на теоретико-методологічному рівні. Представлено етапи формування спеціальних рухових умінь і навичок та визначено їх логічну послідовність.

Ключові слова: *модель, технологія, навчально-тренувальний процес, формування спеціальних умінь і навичок, баскетбол.*

Анатолій Кашуба. Проектирование модели формирования специальных двигательных умений и навыков в будущих учителей физической культуры средствами баскетбола. *В статье предложена модель формирования специальных двигательных умений и навыков у будущих учителей физической культуры средствами баскетбола. Определены основные задачи, раскрыта технология учебно-тренировочной деятельности и обоснованы ее составляющие на теоретико-методологическом уровне. Представлены этапы формирования специальных двигательных умений и навыков, определена их логическая последовательность.*

Ключевые слова: *модель, технология, учебно-тренировочный процесс, формирование специальных умений и навыков, баскетбол.*

Anatoliy Kashuba. Design of the Model of Formation of Special Motor Skills and Ability Among Future Physical Culture Teachers by Means of Basketball. *In the article it is presented the model of formation of special motor abilities and skills among future physical culture means of basketball. It was defined the main tasks, revealed the technology of educational–training activity and grounded its components on theoretical and methodological levels. It was presented the stages of formation of special motor abilities and skills, defined their logical sequence.*

Key words: *model, technology, educational–training process, formation of special skills and abilities, basketball.*