

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

ВИПУСК 14

РІВНЕ – 2023

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2023. Випуск
14. 440с.**

У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів, вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти галузі фізичної культури та спорту України

Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного тренування

Редакційна колегія:

кандидат педагогічних наук, професор Кіндрат В.К.
кандидат педагогічних наук, доцент Ковальський В.В.
доцент Кашуба А.А.
старший викладач Гоголь Т.В.

Відповідальність за інформаційну достовірність поданих матеріалів у наукових працях несуть автори публікацій

ЗМІСТ

Василюк В.М., Виговський А.В. ТРАНСПОРТАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ І ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ У ПОЧАТКОВУ ФАЗУ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ.....	9
Василюк В.М., Определянський Б.О. КЛАСИФІКАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ПОЧАТКОВІЙ ФАЗІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ	20
Василюк В.М., Рибак О.М. ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ БАЗОВОЇ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОРОТАРІВ У ФУТБОЛІ	29
Василюк В.М., Травський О.В. РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ ОБІЗНАНОСТІ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН.....	38
Василюк В.М., Ядчишин Р.М. ПЛАНУВАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ АМАТОРСЬКОЇ КОМАНДИ З ФУТБОЛУ.....	45
Власюк Г.І. Манзик В.О. ФАКТОРИ ВИХОВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	57
Власюк Г.І., Артюх М. АНАЛІЗ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ БОРЦІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	67
Власюк Г.І., Романюк Д. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ В КРОСОВИХ ВИДАХ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ.....	77
Герасимчук А.Ю., Босюк А.В. ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ДИДАКТИЧНИХ КАЗОК НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	88

Герасимчук А.Ю., Воловник В.М. ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ВОДНОГО СЕРЕДОВИЩА У ПРОФЕСІЙНО ПРИКЛАДНІЙ ПІДГОТОВЦІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	99
Герасимчук А.Ю., Мороз Ю.М. ВПЛИВ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ БАСКЕТБОЛОМ НА РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	108
Гоголь Т.В. ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ПРИ ФОРМУВАННІ ЕКОНОМІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	119
Давидюк І.В. ВИКОРИСТАННЯ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ СУЧАСНОЇ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ, ЯК СКЛАДОВА НАЦІОНАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ.....	126
Дутчак В.В. МЕТОДИКА ВИВЧЕННЯ ТА ОЦІНЮВАННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ НА ФАКУЛЬТЕТАХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	135
Кашуба А.А., Гаврилюк А.А. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З БАСКЕТБОЛУ У ЗВО	140
Кашуба А.А., Глаз А.П. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ СТРЕТЧИНГУ У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	145
Кашуба А.А., Корнозевич Н.М. ХАРАКТЕРИСТИКА ЗМІСТУ ТА ПОБУДОВА НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЗІ СОФТБОЛУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ	150
Кашуба А.А., Терещук Д.Ю. ОБҐРУНТУВАННЯ ВАРІАТИВНОГО МОДУЛЯ «ФУТБОЛ» ДЛЯ УЧНІВ 5-Х КЛАСІВ МОДЕЛЬНОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ЗЗСО	155
Кашуба А.А., Трохимчук М.О. ВДОСКОНАЛЕННЯ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У СТАРШОКЛАСНИКІВ ЗЗСО ЗАСОБАМИ АТЛЕТИЧНОЇ ГІМНАСТИКИ.....	160

Кіндрат В.К., Бойсак Ф.Ф. ОБҐРУНТУВАННЯ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО СПОРТИВНО-МАСОВОЇ РОБОТИ	166
Кіндрат В.К., Гоголь В.В. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ НАВЧАННЯ ВОЛЕЙБОЛУ В ЗАКЛАДАХ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ	175
Кіндрат В.К., Саванчук О.М. ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНІ ПРОЕКТИ ЯК ЗАСІБ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	187
Кіндрат В.К., Стадченко Л.І. СТРУКТУРА МОТИВІВ, ПОТРЕБ ТА ІНТЕРЕСІВ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	197
Кіндрат П.В., Наконечний А.Л. МОДЕЛЮВАННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ ОРІЄНТОВАНИХ НА ЩОДЕННЕ ФІЗИЧНЕ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ УЧНІВ	206
Кіндрат П.В., Омелянчук С.П. ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ЗМІШАНОМУ НАВЧАННІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	215
Коваль В.В., Шемосюк К.В. ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З БАСКЕТБОЛУ У ДЮСШ	223
Ковальський В.В., Пилипчук А.Р. ПРОФІЛАКТИКА СКОЛІОЗУ У ШКОЛЯРІВ ПЕРШОГО ЦИКЛУ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ З ВИКОРИСТАННЯМ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ	230
Ковальський В.В., Трубіцин Б.С. ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЗДОБУВАЧІВ ПЕРШОГО РІВНЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ СИЛОВИМИ ВИДАМИ СПОРТУ	236
Ковальський В.В., Юрченко А.С. РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНИХ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ФУТБОЛІСТА В ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ	243

Панчук А.П., Панчук І.В., Басюк М.П. ВДОСКОНАЛЕННЯ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ.....	250
Панчук А.П., Панчук І.В., Делідон Ю.С. ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ОСНОВНОГО ЦИКЛУ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	254
Панчук А.П., Панчук І.В., Трохлюк Р.В. ПІДВИЩЕННЯ МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ОРГАНІЗМУ ЧОЛОВІКІВ ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ.....	258
Панчук А.П., Панчук І.В., Хильчук Ю.П. РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	262
Семенович С.В., Шинкарук О.П. ДОСЯГНЕННЯ УСПІШНОГО РЕЗУЛЬТАТУ У ФУТБОЛІ НА ПРИКЛАДІ ЄВРОПЕЙСЬКИХ ЗБІРНИХ.....	267
Семенович С.В., Яремчук В.Д. АКТУАЛЬНІСТЬ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ІНТЕРЕСУ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ.....	275
Чалій Л.В., Кузлю А.А. ДОПІНГ ЯК ДЕСТРУКТИВНА СИЛА ЮНАЦЬКОГО ОРГАНІЗМУ	281
Чалій Л.В., Кулініч Г.С. ХАРАКТЕРИСТИКА ЦІННОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	290
Чалій Л.В., Парфенюк Л.О. ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСОБІВ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	298
Шелюк В.О., Пашко І.С. РУХЛИВІ ІГРИ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ ОСНОВНОГО ЦИКЛУ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	308
Шелюк В.О., Пашко К.С. ПОКРАЩЕННЯ РІВНЯ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧОК ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ СТЕП-АЙРОБІКИ	

.....	314
Шелюк В.О., Пашков О. ПРОФІЛАКТИКА СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ СПОРТСМЕНІВ СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВ ЕРГОТЕРАПЕВТИЧНИМИ ЗАСОБАМИ	319
Шелюк В.О., Миронюк В.І., Гавлитюк О.А. ОБҐРУНТУВАННЯ ВАРІАТИВНОГО МОДУЛЯ «БАСКЕТБОЛ» ДЛЯ УЧНІВ 5-Х КЛАСІВ МОДЕЛЬНОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ЗАГАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ (ЗЗСО).....	327
Шелюк В.О., Токар О.А. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У СТАРШОКЛАСНИКІВ....	331
Ярмошук О.О., Бойко А.В. ПЛАНУВАННЯ ПРОЦЕСУ ПІДГОТОВКИ ДЗЮДОЇСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	337
Ярмошук О.О., Веремчук Ю.М. ЗНАЧЕННЯ ПРОВЕДЕННЯ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	348
Ярмошук О.О., Гостяєв М.О. ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ У ПЛАВЦІВ ВІЛЬНИМ СТИЛЕМ.....	356
Ярмошук О.О., Данилюк В.І. АНАЛІТИЧНА ПРАКТИКА В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ ШАХІСТІВ.....	365
Ярмошук О.О., Захарець Д.В. ЗАСТОСУВАННЯ ВИСОКОІНТЕНСИВНИХ ІНТЕРВАЛЬНИХ ТРЕНУВАНЬ У РОЗВИТКУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ФУТБОЛІСТІВ	374
Ярмошук О.О., Кравченко В.О. ХАРАКТЕРИСТИКА ВАРІАНТІВ СТИЛІВ ВЕДЕННЯ ПОЄДИНКУ У СПОРТИВНІЙ БОРОТБІ.....	386
Ярмошук О.О., Усач Ю.В. ІНСТРУМЕНТИ ЗАСТОСУВАННЯ ФОРМУВАЛЬНОГО ОЦІНЮВАННЯ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	398

Ярмошук О.О., Чернецький О.М. ЗАГАЛЬНІ АСПЕКТИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У СПОРТІ.....	406
Чалій Л.В., Кузьмич В. РУХЛИВІ ІГРИ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ... ..	412
Ковальський В.В., Шимко Л. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ ХРЕБТА ДЛЯ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ.....	420
Герасимчук А.Ю., Панченко В.І. АДАПТИВНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З НАСЛІДКАМИ ДЦП	425
Герасимчук А.Ю., Зарічнюк М.І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ТРЕНЕРА.....	436

17. Платонов В.М. Сучасна спортивна тренування. Київ: Здоров'я, 1980. 336с.

Василюк В.М., канд. пед. наук, професор
Травський О.В., здобувач ступеня в/о «Магістр» II курсу

РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ ОБІЗНАНОСТІ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

Анотація. У статті проаналізовано професійні обізнаності у підготовці майбутніх тренерів в процесі вивчення спортивно-педагогічних дисциплін. На даний час вже недостатнім є сциєнтичне мислення педагога. Сучасні тенденції вищої освіти вимагають активного застосування технології, спрямованих на духовно-діяльнісну особистість для якої характерні не тільки самодіяльність, але і свобода, по відношенню до освітнього простору. Основоположним принципом інновацій у сфері вищої педагогічної системи повинна стати гуманітарна сутність освіти, її спрямованість на високий професійний, духовно-ціннісний і загальнокультурний розвиток особистості студента. Проблема вдосконалення процесу фізичного виховання студентів вже багато років є предметом уваги науковців і фахівців галузі фізичної культури і спорту[1,5]. Разом з тим, процеси формування високого ступеня професійної компетентності фахівців набувають дедалі більшої актуальності в період інтенсивного суспільно-економічного розвитку України.

У професійному становленні особистості розрізняють освіту за допомогою діяльності (праця, наука, спорт) і освіта як вид діяльності (тобто індивідуальне відтворення соціокультурного досвіду). Особистість професіонала виступає як суб'єкт духовно-діяльнісної позиції, необхідної для досягнення цілей освіти і соціокультурного розвитку людини[3,7].

Ключові слова: сциєнтизм педагога, фізичне виховання, комплексний розвиток, майстерність тренера, базова техніка, професійна підготовка.

Постановка проблеми. Дослідники педагогіки тлумачать педагогічну майстерність, як найвищий рівень діяльності, який виявляється в тому, що у відведений час педагог досягає оптимальних наслідків, синтез наукових знань, умінь і навичок, методичного мистецтва і особистих якостей викладача, комплекс властивостей особистості педагога, що забезпечує високий рівень самоорганізації педагогічної діяльності, ґрунтується на високому фаховому рівні педагога, його загальній культурі та педагогічному досвіді. Професіоналізм передбачає наявність професійних знань (суспільних, психолого-педагогічних, предметних, прикладних умінь та навичок). Їх змістом є знання предмета, методики його викладання, знання педагогіки і психології, знань про особливості людського організму, фізіологічні процеси.

Особливостями професійних знань є їх комплексність (потребує вміння синтезувати матеріал, аналізувати педагогічні ситуації, вибирати засоби взаємодії), натхненність[2,3,6,].

Педагогічний професіоналізм – вміння викладача мислити та діяти професійно. Охоплює набір професійних властивостей та якостей педагога, що відповідають вимогам викладацької професії; володіння необхідними засобами, що забезпечують не тільки педагогічний вплив на виховання, але і взаємодію, співробітництво та співтворчість з ним [3,8]. Для активного співробітництва з вихованцями викладачу з фізичного виховання необхідна мобілізація інтелекту, волі моральних зусиль, організаторського хисту та вміння оперування засобами формування моральних , інтелектуальних та духовних засад у школярів. Вчитель повинен володіти широким арсеналом інтелектуальних , моральних та духовних засобів, що забезпечують педагогічний вплив на студента [11, 12].

Будь-яка професійна діяльність має свою структуру і свій об'єкт. Педагоги різних спеціальностей, здійснюючи професійно-педагогічну діяльність, повинні знати її загальну структуру, співвіднесену зі структурою педагогічного процесу, а також враховувати специфіку і профіль обраної спеціальності.

Будь-яка трудова діяльність включає визначені компоненти, що забезпечують її цілісність при взаємодії один з одним. До них відносяться мета, мотиви, зміст, способи дій, що протікають при визначених напруженнях волі, а також фізичних і інтелектуальних сил; способи регулювання дій і контролювати їх результативність[8, 9].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Організація учбово-пізнавальної діяльності, нерозривно зв'язана з особистістю студента, сприяє одночасно його розвитку і вихованню. У цьому полягає її сутність і особлива роль: без неї неможливе навчання, тобто спеціально організоване пізнання. Тільки даний вид навчальної діяльності педагога охоплює всі складові об'єкта (освітянин як особистість, його учбово-пізнавальну діяльність, зміст освіти) і взаємозалежний з іншими видами цієї діяльності. Це дозволяє назвати організацію учбово-пізнавальної діяльності *постійно домінуючим* видом навчальної діяльності педагога. Інші види НДП можуть бути *ситуативно домінуючими*.

Аналіз навчальної діяльності і її результатів є видом діяльності педагога, що носить рефлексивний характер, тобто спрямований на пізнання себе, своєї діяльності[9]. Він необхідний для виявлення негативних і позитивних сторін діяльності, для пошуку шляхів і засобів усунення недоліків, для удосконалювання своєї діяльності і навчально-виховного процесу в цілому. Цей вид найбільш ефективний у тому випадку, коли педагог аналізує свою діяльність з визначених теоретичних позицій; для цього він повинен достатньо володіти психолого-педагогічними знаннями. Без даного виду діяльності педагог не зможе здійснювати грамотний аналіз власного педагогічного досвіду і досвіду інших викладачів. Спочатку необхідний систематичний аналіз навчальної діяльності і її результатів після проведення кожного навчального заняття, кожного дня педагогічної діяльності. Велику допомогу в цьому може зробити виявлення критеріїв, які варто використовувати педагогу для оцінки своєї діяльності[9,10,12].

Аналіз навчальної діяльності педагога і її результатів завершує цикл навчання.

Розглянуті види навчальної діяльності педагога взаємозалежні і у педагогічній діяльності часто застосовуються в різних сполученнях. Навчальна діяльність педагога найбільш ефективна, коли здійснюється визначена орієнтація всіх її видів на досягнення необхідного результату. Важлива особливість такого підходу полягає в тім, що домінуючий вид, з одного боку, підсилює, робить більш цілеспрямованими інші види навчальної діяльності педагога, з іншого боку, він підсилюється сам і стає більш ефективним за рахунок їх «підтримки». Крім того, підсилюються взаємозв'язки всіх інших видів за допомогою орієнтації пізнавальної діяльності учнів[7,13].

Мета дослідження – дослідити та проаналізувати основні професійні обізнаності у підготовці майбутніх тренерів в процесі вивчення спортивно-педагогічних дисциплін.

Виклад основного матеріалу дослідження. Професійні якості тренера, викладача фізичного виховання мають важливе значення для практичної діяльності фахівця. Згідно з концепцією В. Платонова, відомого фахівця фізичної культури в Україні, у структурі особистості викладача фізичного виховання знаходять своє відображення такі особливості: загальні, специфічні, індивідуальні, що складають чотири підструктури, обумовлені біологічними якостями вчителя[4,6,11].

У психолого-педагогічній літературі досліджено, що загальні особливості – це моральні, правові, естетичні та фізичні якості, які складають індивідуальну основу свідомості, а специфічні особливості викладача тісно пов'язані з індивідуальним досвідом та професійною діяльністю[12].

Відповідно, можна стверджувати, що професійно підготовленим викладачем повинні бути притаманні такі властивості:

- знання теоретичних положень свого предмету;
- практична підготовленість;
- суспільна та психолого-педагогічна досвідченість;
- пізнавальні, конструктивні, комунікативні, інформативні, організаторські й професійні вміння та здібності.

Але кожному тренеру потрібно знати, що і властивості, і здібності розвиваються в кожній людині по-різному, а тому, досліджуючи питання професійної підготовки майбутнього викладача фізичного виховання, ми акцентуємо увагу на розвиток таких якостей та здібностей, які характеризують особистість тренера[11,15].

Так, наприклад, у професійній підготовці майбутнього тренера, викладача фізичного виховання велику роль відіграють професійно-педагогічні якості та особливості психічних процесів, а саме: гнучкість, критичність, глибина розуму; творче відображення і пам'ять, організованість уваги, спостережливість; емоційність відчуття, чуйність; вольові риси та здатність впливати на людей[11,16].

Відомо, що в підвищенні професійної майстерності важливу роль відіграє центральна нервова система, але для працівників освіти більш вагомий інтерес представляють типи вищої нервової діяльності та особливості темпераменту, уяви, зовнішнього сприйняття.

Визначені особливості особистості вчителя фізичного виховання тісно пов'язані з деякими підструктурними елементами, які мають свою професійно-педагогічну спрямованість, а саме:

Перша підструктура – це цілеспрямованість особистості, яка характеризується впевненістю у своїх діях, певними відчуттями високого самопізнання, соціальною активністю[11,13].

Саме система цих знань особистості викладача фізичного виховання складає основу поведінки й практичної діяльності викладача сучасної школи, і тому професійна спрямованість до педагогічної професії передбачає свідому та емоційно виражену орієнтацію на особистісну діяльність, передусім орієнтацію на професійні здібності, знання, вміння, а в морально етичному плані - на педагогічну майстерність[11,14].

Професійно-педагогічна спрямованість включає інтерес і любов до дітей, психолого-педагогічну пильність та спостережливість, педагогічний досвід, такі якості, як

вимогливість, справедливість, стриманість, самооцінку і професійну працездатність. Отже, професійно-педагогічна діяльність, яка відповідає вимогам суспільства, потребам і можливостям особистості, є дієвим засобом самовдосконалення особистості та стверджує її соціальну сутність[9,15].

Рівень професійно-педагогічної спрямованості вчителя фізичного виховання повинен характеризуватися визначенням мети діяльності, яка відображає його інтереси і потреби.

Про тренованість можна судити лише на підставі всіх даних комплексного обстеження, враховуючи й зіставляючи між собою показники ряду методів дослідження. Жоден з методів, взятий ізольовано, не може достатньо повно відобразити складні фізіологічні процеси, що відбуваються в організмі в зв'язку зі зміною тренованості. Найбільш інтегральним показником в цьому відношенні є відповідна реакція організму на різні фізичні навантаження[15].

Висновки. Найважливішими завданнями реформування освіти в Україні є підготовка освіченої, творчої особистості та формування її фізичного й морального здоров'я. Вирішення цієї проблеми передбачає психолого-педагогічне обґрунтування змісту й методів навчально-виховного процесу.

Сьогодні вищі навчальні заклади готові впроваджувати сучасні педагогічні технології, популярними серед яких є комп'ютерне та дистанційне навчання, навчання із залученням інтерактивних методик, навчання за технологією тренінгу.

Реформування вищої школи й ті вимоги, що ставляться до випускників університетів, академій, інститутів, повинні докорінно змінити навчальні методики вищої школи. Сьогодні намітився перехід від авторитарної педагогіки до гуманістичного розвитку особистості, від накопичення знань - до вміння оперувати знаннями, від "одноразової" освіти - до безперервної, від поточної організації навчання - до індивідуальної. Нова парадигма освіти обумовила оновлення фахової освіти. Цей процес є особливо актуальним у зв'язку з кардинальними змінами в освіті, що відбуваються в країнах ближнього і дальнього зарубіжжя.

Список використаних джерел

1. Акімов А. М. Записки воротаря. Харків: Знання і спорт, 1968. 208 с.
2. Акімов А. М. Гра футбольного воротаря. Харків: Спортивна наука, 1978. 95с.
3. Амонашвілі Ш. Психологічні основи педагогічної співпраці. Київ: Освіта, 1991. 111 с.
4. Апанасенко Г. Физическое развитие детей и подростков. Киев: Здоровье, 1985. 80 с.
5. Ареф'єв В., Столітенко В. Фізичне виховання в школі: навч. посібн. Київ: ІЗМН, 1997. 152 с.
6. Артюшенко О. Ф. Атлетична підготовка : навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання. Переяслав-Хмельницький : [б. в.], 1995. 58 с.
7. Бабушкин В. Специализация в спортивных играх. К.: Здоров'я, 1991. 164 с.
8. Бальчос М. Влияние различных программ тренировок на динамику работоспособности футболистов. I Всеукраинская научно-практическая конференция «Актуальные вопросы подготовки футболистов». К.: Научно-методический отдел Федерации футбола Украины, 2000. С. 48-58.
9. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки. Киев: Знання, 2000. 568с.
10. Бузник А. Инструкция по работе научно-методических групп в аматорских футбольных командах. К.: Научно-методический (технический) комитет Федерации футбола Украины, 2001. 40 с.
11. Булатова М.М. Развитие физических качеств. В кн.: Теория и методика физического воспитания. К.: Олимпийская литература Т.1. 2003.С. 189-314.
12. Васильчук А.Г., Остапович М.В., Гій Ю.В. Педагогічний контроль за швидкісною витривалістю футболістів. II Всеукраїнська науково-практична конференція «Науково-методичні аспекти тренування футболістів». Київ: Дніпро, 2001. С. 24-28.

13. Веселовська Л., Чорнобай І. Розвиток прудкості в учнів 7-9 років на уроках футболу. Актуальні проблеми розвитку руху «Спорт для всіх» у конспекті європейської інтеграції України: матеріали міжнар. наук. практ. Конф. (м. Тернопіль 11-13 лютого 2004). Тернопіль: 2004. С.315 - 318.
14. Вихров К., А. Дулибский. Разминка футболистов: метод. пособ. Киев: Комби ЛТД, 2005. 192 с.
15. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев: Олимпийская литература, 2002. 267 с.
16. Волков Л.В. Основы спортивной подготовки детей і підлітків. Київ: Вища школа, 1993. 150 с.
17. Платонов В.М. Сучасна спортивна тренування. Київ: Здоров'я, 1980. 336с.

Василюк В.М., канд. пед. наук, професор
Ядчишин Р.М., здобувач ступеня в/о «Магістр» ІІ курсу

ПЛАНУВАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ АМАТОРСЬКОЇ КОМАНДИ З ФУТБОЛУ

Анотація. У статті розглянуто та проаналізовано організацію планування тренувального процесу аматорської команди з футболу у річному макроциклі. Визначено найбільш ефективні засоби і методи науково обґрунтованого підходу, що враховує загальні науково-методичні закономірності, основу яких складають теоретико-методологічні поняття, наукові і дидактичні принципи, дані теорії і практики фізичного виховання і спорту, що характеризують систему спортивної підготовки спортсменів.

Ключові слова: аматорський футбол, тренувальний процес, структура, тренувальні навантаження, річний макроцикл.

Постановка проблеми. Загально відомо, що у сучасному аматорському футболі поки що єдиним способом підвищення спортивних результатів є усе більше нарощування обсягу і інтенсивності тренувальних навантажень [7, 10, 14]. Проте цей спосіб несе у собі небезпеку передчасного відходу гравців із

Наукове видання

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І РЕАБІЛІТАЦІЯ
В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Збірник наукових праць

Звітної наукової конференції викладачів, співробітників і
здобувачів вищої освіти Рівненського державного гуманітарного
університету за 2022 рік, 18-19 травня 2023 р.

Випуск 14

Відповідальний за випуск: Кіндрат Вадим Кирилович

Укладачі: Кашуба Анатолій Анатолійович,
Гоголь Тетяна Василівна

Коректор: Ковальський Володимир В'ячеславович

*У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів,
вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти
галузі фізичної культури та спорту України*

*Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів
фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними
проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного
тренування*

Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2023. Випуск 14.
440с.

Видруковано за підтримки громадської організації «СОМ-ЦЕНТР»