

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ V МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2021 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2021

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”
Протокол № 5 від 19.11.2021*

Члени редакційної колегії:

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор, кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :
С916 матеріали V інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 листопада 2021 р.
Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. 182 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2021

5. Сингасвский С. Формирование позитивного отношения школьников к физическому воспитанию. Педагогическая пресса „Физическое воспитание в школе ". 2001. №1. С.33-36.

6. Яворська О.О. Віково-статеві особливості формування та становлення властивостей основних нервових процесів у підлітків 15-17 років. Матер. Всеукр. наук, симпозиуму. Київ-Черкаси. 1999. С.116.

ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Шукатка О. В.

Львівський національний університет імені Івана Франка, Україна

Анотація. Здійснено аналіз формування ЗСЖ як складової процесу освіти, визначено специфічні вимоги до організації освітнього процесу у ЗВО з метою формування у майбутніх фахівців готовності до компетентного ЗСЖ.

Актуальність. Проблема формування здорового способу життя особистості була предметом наукових пошуків багатьох дослідників. Так, обґрунтовуючи теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя в майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук, В. Бобрицька зазначає, що лише ХХ ст. можна назвати епохою осмислення теоретичних знань і емпіричного досвіду з досліджуваної проблеми, коли відбувався глибинний аналіз сутності цього феномену та розкривався його науковий зміст.

Уявлення про сучасну концепцію здоров'я, здоровий спосіб життя, умови та чинники впливу на здоров'я, шляхи його формування, збереження і зміцнення забезпечують свідоме ставлення людини до ситуацій, які становлять ризик для життя і здоров'я. Усвідомлення особистості відповідальності за власне життя і здоров'я – важливий компонент формування *ціннісного* ставлення до здорового способу життя. У цьому сенсі слушною є думка Н. Башавець, котра вважає здоров'я власною цінністю людини, що виявляється через стійкий фізичний, соціальний, психологічний, духовний стан і дає змогу повноцінно виявляти себе в будь-якому виді діяльності (навчальному, професійному, спортивному, побутовому тощо) [1, с. 115].

Відтак, на сучасному етапі розвитку суспільства висувуються специфічні вимоги до організації освітнього процесу у закладах вищої освіти з метою формування у майбутніх фахівців готовності до компетентного здорового способу життя. До таких вимог відносяться:

– проведення всебічного аналізу нормативно-правових аспектів проблеми формування здорового способу життя, організовуючи взаємодію всіх соціальних інститутів суспільства у цьому напрямі;

– з метою організації здоров'язберігаючого навчального процесу у ЗВО у сучасних умовах необхідно досліджувати процеси становлення фізкультурної науки й організації навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти України, проводити аналіз сучасного стану системи фізичного виховання студентів для визначення перспективних напрямів її проектування,

розвитку й удосконалення з урахуванням особистісно-орієнтованої траєкторії навчання;

– формування цінностей здорового способу життя, ціннісного ставлення особистості до культури здоров'я на основі дослідження впливу занять спортом на формування загальних життєвих та ціннісних орієнтацій студентів ЗВО, до занять з фізичного виховання й у процесі самостійних занять фізичними вправами;

– сприяння всебічному фізичному розвитку і досягненню високого рівня загальної рухової підготовки індивіда на засадах ноосферної педагогічної парадигми як концептуальної основи фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів та дотримання критеріїв управління якістю навчання дисципліни «Фізичне виховання» у ЗВО;

– необхідно стимулювати здоров'я, аналізувати стан та особливості мотивації студентів до рухової активності оздоровчого спрямування на сучасному етапі реалізації фізичного виховання у ЗВО, досліджувати педагогічний аспект розвитку мотивації здоров'язбереження майбутніх фахівців та особливості мотивації студентів до занять з фізичного виховання, оскільки, на думку науковців, низька мотивація молоді до занять спортом чи фізичним вихованням зумовлює виникнення проблем формування здорового способу життя;

– навчати на засадах стратегії розвитку педагогіки здорового способу життя, педагогіки здоров'я, педагогіки оздоровлення в умовах поліфункціонального навчального закладу та організації процесу здоров'ятворчої освіти в сучасній школі;

– основою впливу на формування здорового способу життя вважати перенесення відповідних знань, умінь і навичок, що формуються засобами оздоровчої фізичної культури з однієї сфери діяльності в іншу на засадах інтеграції та гармонізації духовної і фізичної культури студентів закладів вищої освіти;

– застосовувати комплексний підхід до формування культури здоров'я на теоретико-методичних засадах формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів закладів вищої освіти, що враховує фактори збереження і зміцнення здоров'я студентів у освітньому процесі, а також індивідуальні особливості особистості;

– визначати здоров'язбереження як засіб підвищення ефективності навчання студентів у закладах вищої освіти;

– удосконалювати й розвивати сам процес формування основ здорового способу життя, використовуючи здоров'язберігаючі технології у підготовці фахівців, акцентуючи увагу на профільному навчанні, враховуючи вплив занять з фізичного виховання на розумову працездатність та психоемоційну стійкість студентів залежно від специфіки професійної діяльності, обґрунтовуючи теоретичні й методичні основи формування культури здоров'я, здорового способу життя, здоров'язберігаючої компетентності у процесі професійної підготовки майбутніх учителів, економістів, фахівців фізичного виховання, випускників технічних закладів вищої освіти та ін. [3].

Висновок. Аналіз літературних джерел свідчить, що формування здорового способу життя розглядається науковцями як складова процесу освіти зі специфічними вимоги до організації освітнього процесу в основі яких є формування у майбутніх фахівців готовності до компетентного здорового способу життя.

Література:

1. Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Башавець Наталія Андріївна. – Одеса, 2012. 555 с.

2. Бобрицька В. І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук : дис. доктора пед. наук : 13.00.04 / Бобрицька Валентина Іванівна. Київ, 2006. 470 с.

3. Шукатка О. В. Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх економістів на засадах аксіології : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 Шукатка Оксана Василівна. Хмельницький, 2013. 255 с.

ВДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ І СПОСОБІВ ТЕХНІКИ В ЄДИНОБОРСТВАХ

Долгієр Є. В., Орлова О. В.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна

Анотація. У роботі досліджено позитивний вплив індивідуального підходу до підбору методів навчання і способів техніки з використанням схеми багатofункціонального тренування.

Аналіз наукових джерел, в яких досліджуються методи навчання і способи техніки в єдиноборствах, показав, що одним із шляхів підвищення рівня ефективності техніко-тактичної підготовки єдиноборців є використання та вдосконалення тренувального процесу спортсменів-єдиноборців з урахуванням їх морфологічної конституції, типів нервової системи, особливостей розвитку фізичних якостей. Нові методи навчання і способи техніки багатоскладні. Індивідуально-диференційний підхід у виборі методів, застосуванні їх до певної категорії спортсменів допоможе тренерам більш раціонально будувати свої заняття, правильно корегувати навантаження, поліпшувати майстерність та швидко-силові якості тих, хто займається. Оптимальне поєднання різних методів в одному тренуванні допоможе зробити тренувальний процес цікавим, комплексно розвинути усі м'язові групи у єдиноборців, підняти їх мотивацію до занять.

Педагогічне спостереження проводилося на базі громадської організації «Федерація слов'янських єдиноборств «міжнародна академія бойових мистецтв бойового рукопашного стилю» (школи карате «БРУС») м. Одеси в поточних