

## Література.

1. Асесоров А.И. Формирование профессиональной культуры будущих специалистов-дизайнеров в вузе: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Асесоров А. И. – Н. Новгород, 2009. – 20 с.
2. Валькова Н.П. Культурно-эстетический смысл и профессиональные основы художника-конструктора: Дисс....канд. искусств / Н.П. Валькова. – Л., 1985. – 160 с.
3. Веслополова Г.Н. Профессиональная деятельность как основа формирования модели архитектора: Дисс....канд. архит. / Г.Н. Веслополова. – М., 1995. – 202 с.
4. Качуровская Н.М. Формирование профессиональной культуры будущих специалистов-архитекторов в образовательном процессе вуза / Н.М. Качуровская: Дисс.... канд.пед. наук: 13.00.08. – Курск, 2005. – 183 с.
5. Киреенко В.И. Психология способностей к изобразительной деятельности / В.И. Киреенко. – М., 1959. – 304 с.

## ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ У СИЛОВИХ, АТЛЕТИЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ

УДК: 796+613.7+796.092+796.410.92

*Писарук В.В.*

*В статті розглядається проблема необхідності термінової розробки комплексної наково-обгрунтованої методики проведення тренувального процесу з використанням можливостей сучасних тренажерних залів*

*Ключові слова: тренажерні комплекси, науково-дослідна основа, докорінні зміни, специфічні запити, методики підготовки, підлітки, спортивна фармакологія, фахова необхідність, практичний досвід.*

## ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ПІДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В СИЛОВЫХ, АТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА

*Писарук В.В.*

*В статье рассматривается проблема необходимости срочной разработки комплексной научно-обоснованной методики проведения тренировочного процесса с использованием возможностей современных тренажерных залов*

*Ключевые слова: тренажерный комплекс, научно-исследовательская работа, кардинальные изменения, специфические запросы, методики подготовки, подростки, спортивная фармакология, профессиональная некомпетентность, практический опыт.*

## FEATURE OF METHOD OF PREPARATION OF YOUNG SPORTSMEN IN THE POWER, AT HLETICS TYPES OF SPORT

*In the article is examined problem of necessity of urgent development of complex scientific and grounded methods of leadthrough of training process with the use of possibilities of modern trainer halls*

**Key words:** *trainer complexes, research basis, drastic alternations, specific queries, methods of preparation, teenagers, sporting pharmacology, professional necessity, practical experience.*

**Постановка проблеми.** За роки незалежності України суттєво змінилося ставлення молоді до силових видів спорту. Значно знизилась популярність таких видів спорту як важка атлетика, гирьовий спорт, армрестлінг. Офіційний статус отримали нові види спорту – пауерліфтинг, бодібілдинг, силовааеробіка та інші, які в короткий термін часу, набули неабиякої популярності серед підлітків. Докорінні зміни стались в самій структурі матеріально-спортивного оснащення силових атлетичних залів. Насамперед це стосується їх комплектації сучасними тренажерними комплексами, які дають змогу суто конкретного навантаження як окремих м'язів, такі групи м'язів, залежно від специфічних запитів того чи того виду спорту.

Безперечно, використання у тренувальному процесі тренажерів - це суттєвий крок вперед на шляху досягнення спортивних результатів, але, особливо зважаючи на темпи відкриття, з подальшим їх функціонуванням, таких атлетичних залів, та загальної кількості підлітків, що регулярно відвідують їх – було звернено увагу на цілий комплекс досі, в повній мірі, не вирішених, ні з науково-фізіологічного, ні з науково-педагогічного погляду таких проблем:

- за часів СРСР, на науково-дослідній основі були розроблені та практично використовувались силові методики підготовки важкоатлетів, які не могли бути використанні ні при підготовці представників виду спорту «пауерліфтинг», ні при організації тренувального процесу підлітків у тренажерному залі;

- щодо досліджень у галузі спортивної медицини, необґрунтовані рекомендації з чіткого визначення вікових груп при проведенні атлетичних тренувань, та невизначено оптимальний рівень вагових навантажень для підлітків, організм яких знаходиться у стадії природного розвитку (не сформований кістковий апарат, відкриті зони росту, не стабілізовані показники артеріального та кров'яного тиску, не закінченим є процес формування зв'язок, сухожилля);

- методики, що використовуються в підготовчо-тренувальному процесі можна назвати аматорськими, оскільки в їх основі лежить особистий спортивний досвід тренера, чи публікації мережі «Internet», які не мають ні фізіологічного, ні медичного, ні науково-експериментального обґрунтування;

- необхідно звернути неабияку увагу на професійний рівень підготовки тренерсько-педагогічних кадрів для роботи в силових атлетичних залах, які укомплектовані на основі використання тренажерних комплексів.

Стандартна, загальноприйнята методика підготовки фахівців у галузі фізичного виховання та спорту, недостатня для підготовки тренера-інструктора тренажерної зали, оскільки цей фахівець повинен володіти комплексом професійних знань з усіх силових методик (статичні, вагові, комплексні, робота з вагою власного тіла, тощо), та мати практичний досвід з використання

окремих елементів, вправ, комплексів як при підготовці представників різних видів спорту, так і при написанні плану занять для різних вікових груп, контингент яких не ставить перед собою мети досягнення значних спортивних результатів. Значну тривогу викликає безконтрольність використання спортивної фармакології підлітками протягом тренувального процесу, особливо у виді спорту «бодіблдинг», а також фахова необізнаність у цій галузі і тренерсько-викладацького складу.

Усі вищеперелічені питання безпосередньо пов'язані зі здоров'ям молодого покоління, і їх вирішення повинно бути під державним контролем.

**Аналіз останніх публікацій:** У педагогічній літературі в галузі фізичного виховання достатньо уваги приділяється фаховій підготовці викладачів, тренерів у галузі фізичного виховання у працях Л.Козіна, Л.Матвеев, Б.Шиян, Н.Кузьміна, М.Линець. Проте, питання підготовки спеціалістів для їх наступної роботи в атлетичних залах, досі залишається **актуальним** та потребує науково-дослідного обґрунтування.

**Метою дослідження** є обґрунтування необхідності проведення науково-дослідної роботи, в галузі розробки основних концепцій побудови комплексної методики тренувального процесу, на основі використання можливостей сучасних тренажерних комплексів.

**Виклад основного матеріалу.** Використання тренажерних комплексів це значний крок вперед оскільки представники, майже всіх видів спорту мають можливість надання конкретних силових навантажень на групи м'язів, які найбільш впливають на змагальний результат.

Особливість такої ситуації полягає в тому, що практично не існує науково-медично обґрунтованої методики проведення тренувальних циклів підготовки, яка б дала відповідь на такі питання:

- вік, починаючи з якого, підліткам можуть бути рекомендовані тренування в тренажерних залах;

- повинні бути розроблені науково обґрунтовані методики (плани) тренувань для різних вікових груп: 12-14 р., 15-17 р., 18-20 р., 22 та старше.

Вищезазначені методики повинні дати відповідь на наступні питання:

- перелік вправ впродовж кожного тренування, послідовність їх виконання, кількість підлітків та число підйомів ваги в кожній вправі;

- інтенсивність вагових навантажень для різних вікових груп підлітків;

- термін часу, який відводиться на відновлення функціонального стану організму як у природньому процесі, так і при використанні препаратів спортивної фармакології, використання яких може бути тільки за рекомендаціями фахівців обласних спортивно-фізкультурних диспансерів;

- повинен бути розроблений спортивно-реабілітаційний комплекс заходів, суто орієнтованих на представників виду спорту «бодіблдинг»;

- доречним було б створення спеціальної програми підготовки тренерів (методистів) для роботи в тренажерних залах де фахівці повинні мати значно більший обсяг знань, так як в своїй повсякденній роботі, вони повинні користуватися досягненнями науково-обґрунтованих методик з олімпійських видів спорту, матеріали яких базуються на статистичній, науково-обробленій основі.

### Література:

1. Козіна Ж.Л. Теоретичні основи результату практичного застосування системного аналізу в наукових дослідженнях в області спортивних ігор / Ж.Л.Козіна // Теорія та методика фізичного виховання. — 2007. — №6. — С. 15-18, 35-38. — Бібліогр. : С. 38.
2. Леськів А.Д. Планування програмового матеріалу з предмету «Фізична культура» для учнів 1-4 класів / А.Д. Леськів, Д.М.Левковський, А.Б.Дзюбановський. — Тернопіль : «Астон», 2000. — 176 с.
3. Линець М.М. Витривалість, здоров'я, працездатність / М.М.Линець, Г.М.Андрієнко. — Львів, 1993. — 131 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учебн. Для институтов физ. Культуры / Л.П.Матвеев. — М. : ФиС, 1991. — 543 с.
5. Шиян Б.М., Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч.1 / Б.М.Шиян-Тернопіль: Збруч, 2001. — 272 с.

### ДО ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВИХОВАТЕЛЯ ДОШКІЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

УДК: 378.14+371+371.4  
Скалозуб Т.І.

*У статті розкрито проблему щодо підготовки майбутнього вихователя до роботи в дошкільному навчальному закладі.*

*Ключові слова: підготовка, вихователь, дошкільний навчальний заклад.*

### К ПРОБЛЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДОШКОЛЬНОГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

*Т.И. Скалозуб*

*В статье раскрыто проблему по подготовке будущих воспитателей к работе в дошкольном учебном заведении.*

*Ключевые слова: подготовка, воспитатель, дошкольное учебное заведение.*

*T. I. Skalozub*

*The article deals with the problem to prepare future educators to work in early childhood education.*

*Key words: education, educators, preschool educational institution.*

Успішне вирішення завдань виховання підростаючого покоління безпосередньо пов'язане з удосконаленням підготовки педагогів. Жодна інша професія не ставить таких вимог до людини, як професія педагог. Дошкільне дитинство — важливий етап в житті людини, тому величезна відповідальність перед суспільством за виховання дітей лежить на вихователів. Особливе значення дошкільного періоду життя в становленні і розвитку особистості пред'являють певні вимоги до рівня професійної підготовленості вихователя, необхідності постійно вдосконалювати його педагогічну майстерність і культуру.

Метою започаткованого дослідження є формування готовності майбутнього вихователя до роботи з художньою літературою в дошкільному навчальному закладі. Поставлена мета і завдання спонукали нас до аналізу і визначення ключових понять дослідження.