

УДК: 796+61]:378(082)
DOI: 10.28925/2021.51213168conf

Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи (у циклі Анохінських читань): матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції. 10 грудня, 2021 р., Київ / Київ. ун-т імені Бориса Грінченка; за заг. ред. О. В. Ярмолюк. – К.: Київ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2021. – 350 с.

Містить матеріали про впровадження інноваційних підходів до фізичного виховання різних категорій населення, спортивної діяльності та здоров'язберезувальних технологій у сучасному науковому просторі. Розглянуті філософські, організаційні та соціально-економічні аспекти розвитку фізичної культури і спорту, медико-біологічні, фізіологічні та психологічні засади підготовки спортсменів, актуальні питання фізичного виховання молоді, фізичної терапії та ерготерапії.

Видання відкрито для вільного доступу на умовах ліцензії Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0), котра дозволяє іншим особам вільно розповсюджувати опубліковану роботу з обов'язковим посиланням на автор(ів) оригінальної роботи та публікацію роботи в цьому виданні.

Голова організаційного комітету: Г.О. Лопатенко

Організаційний комітет: В.В. Білецька, О.П. Буйницька, А.М. Даниленко, Т.М. Патук, В.М. Савченко, О.В. Ярмолюк, Л.В. Ясько.

Редакційна комісія: Р.О. Сушко, О.В. Ярмолюк.

Затверджено Вченою радою Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту Київського університету імені Бориса Грінченка (протокол № 11 від 21 грудня 2021 року).

Електронна версія видання розміщена на сайті: <https://zfvs.kubg.edu.ua/>



Київський Університет імені Бориса Грінченка, 2021

ЗМІСТ:

Секція 1. АКТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НАСЕЛЕННЯ	
Азаренкова Любов. ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СКАНДИНАВСЬКОЇ ХОДЬБИ	10
Банях Володимир. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	12
Білецька Вікторія, Семененко В'ячеслав, Завальнюк Вікторія. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ	16
Бірючинська Світлана. АТЕСТАЦІЯ ПЕРСОНАЛЬНИХ ТРЕНЕРІВ ФІТНЕС-КЛУБУ, ЯК ІНСТРУМЕНТ УПРАВЛІННЯ ДЛЯ НАДАННЯ ЯКІСНОЇ ПОСЛУГИ	19
Бойко Ганна, Козлова Тетяна, Шарфутдінова Санія. ОПТИМІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШЛЯХОМ СТВОРЕННЯ УМОВ, СПРЯМОВАНИХ НА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	21
Бондар Олена, Джевага Євгеній. ФАКТОРИ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ С ЖІНКАМИ ЗРІЛОГО ВІКУ	26
Вржесневська Ганна, Вржесневський Іван. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ОРІЄНТАЦІЇ У ПРОСТОРІ СТУДЕНТІВ ОСНОВНОГО ТА СПЕЦІАЛЬНОГО ВІДДІЛЕНЬ	29
Вржесневська Ольга, Кузнецова Людмила, Осіпова Марина. ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ДИСТАНЦІЙНОМУ ФОРМАТІ – ДОСВІД ТА ПЕРСПЕКТИВИ	32
Головач Інна, Співак Марина, Щербина Павло. ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ВОДНОГО ТУРИЗМУ (ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ) ДЛЯ ПІДГОТОВЧОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ УЧНІВ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	34
Дегтярєва Ірина, Гасан Юлія, Войда Анна. ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОФІЗИЧНОГО ТРЕНУВАННЯ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ	37
Дєдх Марина, Сорокун Єгор. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У ШКОЛЯРІВ 15-17 РОКІВ	39
Діхтяренко Зоя, Діхтяренко Катерина. МОЖЛИВІСТЬ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОГО МАТЕРІАЛУ ПІДЛІТКАМИ ТА СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ, КУРСАНТАМИ З ПОТЕНЦІАЛОМ ФОРМУВАННЯ АКТИВНОЇ ЖИТТЕВОЇ ПОЗИЦІЇ ЗАСОБАМИ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ	44
Еракова Любов, Береза Іванна, Белоус Марина. ЕФЕКТИВНІСТЬ ПЕРСОНАЛЬНИХ ФІТНЕС-ПРОГРАМ З ВИКОРИСТАННЯМ TRX-ПЕТЕЛЬ ДЛЯ ЖІНОК ДРУГОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ	50




Ерьоменко Едуард, Кукушкін Костянтин. МОЖЛИВОСТІ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ – УСПІШНИХ ОСОБИСТОСТЕЙ	53
Заєць Катерина. САМООЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ШКОЛЯРІВ МІСЬКОЇ ТА СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ	59
Зеніна Ірина, Шишацька Валентина, Добровольський Володимир. РОЗРОБКА ШЛЯХІВ ВДОСКОНАЛЕННЯ МОТИВАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	62
Зінченко Ліна. ПЕДАГОГІЧНА ЕТИКА У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	64
Івченко Оксана. ОЗНАКИ КОНСТРУЮВАННЯ МАСКУЛІННОСТІ В ІНСТИТУТІ СПОРТУ	67
Калитка Світлана, Жилінський Назарій. ВПЛИВ БІГОВИХ ВПРАВ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ УЧНІВ 9 КЛАСІВ	70
Калитка Світлана, Мельничук Павло. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ З ВИСОКИМ РІВНЕМ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	74
Калитка Світлана, Поліщук Василь. МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ ЛІЦЕЇСТІВ 16 – 17 РОКІВ	79
Калитка Світлана, Футорний Сергій. ФІЗИЧНИЙ СТАН ЧОЛОВІКІВ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ОЗДОРОВЧОЮ ХОДЬБОЮ	83
Кожанова Ольга, Гаврилова Наталія, Цикоза Євгенія. ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ФІГУРИ ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ З ВИКОРИСТАННЯМ СИЛОВИХ ВПРАВ У ТРЕНАЖЕРНОМУ ЗАЛІ В ОЗДОРОВЧОМУ ФІТНЕСІ	85
Лавренчук Марина, Шутова Світлана, Копил Олександр. СУЧАСНІ ОСВІТНІ ПРОГРАМИ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ В СПОРТИВНИХ ІГРАХ (НА ПРИКЛАДІ ГОЛЬФУ)	90
Лахтадир Олена, Чорній Ілона, Євдокимова Лілія. КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ	93
Лисейко Костянтин, Яців Ярослав, Пітин Мар'ян. МІСЦЕ РОЗВИТКУ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ В УМОВАХ ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЇ СФЕРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УКРАЇНІ	96
Лоза Тетяна, Леоненко Андрій, Красилов Андрій. ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНОГО ОБЛАДНАННЯ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗІ СТАРШОКЛАСНИКАМИ	100
Марченко Оксана, Морозова Валентина. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ХЛОПЦІВ І ДІВЧАТ СЕРЕДЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	106
Мицкан Тетяна. ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	110



КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

Лахтадир Олена,

 0000-0002-7375-2487

Чорній Ілона,

Євдокимова Лілія,

Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ

Вступ. Сьогодні і у подальшому суспільство завжди буде потребувати формування компетентної особистості здатної ефективно взаємодіяти з соціумом, в якому вона живе і працює. Тому дуже важливо на рівні з іншими компетентностями розвивати і комунікативну. Комунікативна компетентність особистості реалізується у різних сферах діяльності, її значущість зростає в умовах збільшення й ускладнення інформації.

Комунікативна компетентність є індикатором, що дає змогу визначити готовність особистості до активної й ефективної участі в життєдіяльності суспільства, готовність до подальшого особистісного і комунікативного розвитку.

Мета дослідження полягає у розкритті поняття та особливостях розвитку комунікативної компетентності особистості.

Матеріал і методи дослідження: аналіз наукової літератури та наукових джерел мережі інтернет.

Результати дослідження та їх обговорення.

Комунікативна компетентність є інтегральним утворенням, побудованим на комбінації взаємовідповідних пізнавальних відношень, практичних навичок, цінностей, емоцій, поведінкових компонентів, знань, умінь особистості і всього того, що потрібне для активного спілкування та міжособистісної взаємодії [7].

Дослідження наукової літератури з приводу визначення сутності комунікативної компетентності показали, що існують два основних підходи до її тлумачення: через інтерпретацію найближчих до неї понять – комунікативні здатності і комунікативні знання та вміння.

М. В'ятютнев [1] зазначає, що комунікативна компетентність – це здатність використовувати мову творчо, цілеспрямовано, нормативно у взаємодії зі співрозмовниками. Д. Ізаренков [6] визначив комунікативну компетентність «як здатність людини до спілкування в одному, кількох або всіх видах мовленнєвої діяльності, що являє собою набуту в процесі природної комунікації або спеціально організованого навчання особливу властивість мовленнєвої особистості».

Так, Н. Гез [2] виділяє в понятті «комунікативна компетентність» знання про мову, а також навички й уміння застосовувати ці знання у мовленні згідно з різними ситуаціями спілкування. Ю. Жуков [5] пропонує під комунікативною компетентністю вважати «здатність встановлювати й підтримувати необхідні контакти з іншими людьми і сукупність знань і умінь, що забезпечує ефективний перебіг комунікативного процесу».



У свою чергу, Ю. Ємельянов [4] розглядає комунікативну компетентність як засновану на знаннях і чуттєвому досвіді здатність особистості орієнтуватися у ситуаціях спілкування; як ситуативну адаптивність та вільне володіння вербальними та невербальними засобами соціальної поведінки, тобто як операційне поняття. Основними факторами, що детермінують її розвиток, він вважає життєвий досвід людини, її загальну ерудицію, мистецтво, спеціальні наукові методи.

Узагальнюючи сказане вище, можна зазначити, що під комунікативною компетентністю вчені, як правило, розуміють засновану на знаннях та чуттєвому досвіді спроможність особистості орієнтуватися у ситуаціях спілкування, розуміти мотиви, інтенції, стратегії поведінки, фрустрації (як свої власні, так і партнерів зі спілкування) і на цій підставі здійснювати комунікативну діяльність.

Основними джерелами набуття людиною комунікативної компетентності дослідники вважають: життєвий досвід, загальну обізнаність людини, сферу мистецтва, наукові методи пізнання (Ю. Ємельянов); соціонормативний досвід народної культури, знання мови спілкування, яка використовується народною культурою, досвід міжособистісного спілкування у неформальній сфері; досвід сприймання мистецтва (Є. Руденський, С. Терещук) [9].

Досвід спілкування має особливе значення для становлення комунікативної компетентності особистості. З одного боку, він соціальний і включає інтеріоризовані норми і цінності культури, з другого, – індивідуальний, оскільки ґрунтується на індивідуальних комунікативних здібностях і психологічних подіях, пов'язаних зі спілкуванням у житті особистості. Динамічний аспект цього досвіду становлять процеси соціалізації та індивідуалізації, що реалізуються у ході спілкування і забезпечують соціальний розвиток особистості, а також адекватність її реакцій на ситуацію спілкування. Володіючи певним рівнем комунікативної компетентності, особистість вступає у процес спілкування, маючи певний ступінь самоповаги і самосвідомості, що зазнають розвитку в міжособистісній взаємодії. Реалізація особистістю своєї суб'єктності у спілкуванні пов'язана з наявністю у неї високого рівня розвитку комунікативної компетентності. Комунікативна компетентність є необхідною умовою успішної комунікативної і професійної реалізації особистості.

Всю сукупність тлумачень дослідниками поняття «комунікативна компетентність» можна об'єднати за такими напрямками:

– уміння встановлювати і підтримувати необхідні контакти з іншими людьми (Г. Данченко, Ю. Жуков, С. Козак, С. Макаренко, Л. Петровська, П. Растенніков, Ю. Рись, В. Степанов, В. Ступницький);

– володіння сукупністю певних умінь (Є. Головаха, Т. Ладиженська, Є. Мелібруда, Н. Паніна, Р. Парошина, М. Станкін);

– знання норм і правил спілкування, адаптаційних навичок як умова досягнення ефективних відносин (В. Москаленко, А. Козлов, Т. Іванова);

– орієнтованість особистості в різних ситуаціях спілкування, в умовах постійної зміни психічних станів, міжособистісних стосунків і соціальної ситуації (М. Обозов) [3, с. 253].



Комунікативна компетентність завжди набувається в соціальному контексті. Вона вимагає від особистості усвідомлення власних потреб і ціннісних орієнтацій, техніки своєї роботи; розуміння власних перцептивних умінь, тобто здатності сприймати навколишнє без суб'єктивних спотворень (стійких упереджень) щодо тих чи інших проблем; готовності сприймати нове у зовнішньому середовищі; правильного сприймання своїх можливостей у розумінні норм і цінностей інших соціальних груп і культур; усвідомлення своїх почуттів і психічних станів у зв'язку з дією чинників зовнішнього середовища; знання способів персоналізації навколишнього середовища; усвідомлення рівня своєї культури [8].

Комунікативна компетентність має декілька джерел розвитку в процесі становлення особистості людини: трансляція комунікативних умінь у процесі міжособистісної взаємодії з іншими людьми, оволодіння культурною спадщиною, спостереження за поведінкою інших людей і аналіз актів комунікації, програвання в уяві комунікативних ситуацій. Розвиток комунікативної компетентності в процесі соціально-психологічного тренінгу можливий з погляду двох підходів: спрямованість на віднайдення багатого арсеналу засобів комунікації та подолання труднощів, що можуть виникати у процесі спілкування. Професії тренер зі спорту та фітнес-тренер відносяться до типу професій «людина-людина», тому розвиток комунікативної компетентності у цих фахівців, як особистостей і як професіоналів повинен бути присутнім у їх професійній підготовці.

Висновки:

- ✚ Комунікативна компетентність виступає як система внутрішніх ресурсів особистості (знань, вмінь та навичок), потрібних для побудови ефективної комунікативної дії в ситуації міжособистісної взаємодії.
- ✚ Комунікативна компетентність – це психологічний інструмент суб'єкта спілкування в комунікативній діяльності. Порівняння трактувань комунікативної компетентності в сучасній науковій літературі дає підстави вважати її такою, що реалізується у сферах соціальної діяльності особистості і є неодмінною складовою професійної компетентності фахівця.

Література:

1. Вятютнев МН. Коммуникативная направленность обучения русскому языку в зарубежных школах. *Русский язык за рубежом*. 1977;6:38–45.
2. Гез НИ. Формирование коммуникативной компетенции как объект зарубежных методических исследований. *Иностранные языки в школе*. 1985;2:17–24.
3. Грязнова ЮБ. Формирование коммуникативной компетентности. *Атриум*. Сборник статей Тольяттинской Академии Управления. 2004;3:87-90.
4. Емельянов ЮН. Активное социальное психологическое обучение. Л.: ЛГУ, 1985. 168 с.
5. Жуков ЮМ. Эффективность делового общения. М.: Знание, 1988. 64 с.
6. Изаренков ДИ. Базисные составляющие коммуникативной компетенции и их формирование на продвинутом этапе обучения студентов-нефилологов. *Русский язык за рубежом*. 1990;4:54–60.



7. Лахтадир ОВ. Комунікативна компетентність особистості. *Актуальні проблеми психології*: Зб.наук.пр. Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2013. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Випуск 13. К.: ДП «Інформ.-аналіт. агентство», 2013. С. 154–162

8. Максименко СД. Технологія спілкування (комунікативна компетентність учителя: сутність і шляхи формування). К.: Главник, 2005. 112 с.

9. Терещук СВ. Мотивація педагогічного спілкування. *Філософія, соціологія, психологія*. Зб.наук.пр. Івано-Франківськ: Плай, 1998; 2(1):100–107.

МІСЦЕ РОЗВИТКУ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ В УМОВАХ ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЇ СФЕРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УКРАЇНІ

Лисейко Костянтин,

0000-0001-7776-2714

ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», м. Івано-Франківськ;

Яців Ярослав,

0000-0003-2474-0401

ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», м. Івано-Франківськ;

Пітин Мар'ян,

0000-0002-3537-4745

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів

Вступ. В Україні процеси децентралізації розпочато 2014 року та на сьогодні вони чинять ґрунтовний вплив на різні сфери життя громад. Фахівцями підтверджено участь мешканців села чи міста у реалізації прав на різні напрями соціальної діяльності, зокрема фізичної культури і спорту. Відповідна громада може впливати на якість цих послуг лише тоді, коли відповідальність за їх надання залежить значною мірою від них самих [3, 5, 10].

В Україні створено адміністративні центри, які на сьогодні самостійно визначають напрями та особливості розвитку найбільш популярної та масової групи видів спорту, а саме спортивних ігор [2, 6]. Пріоритети за чисельністю занять, психоемоційною сприятливістю покладені власне на ігрові види спорту [1, 4, 5, 8]. За допомогою перегляду підходів до забезпечення діяльності громади, ймовірно змінилася міра їх залучення до розвитку ігрових видів спорту.

Мета дослідження – узагальнити наукову інформацію з особливостей розвитку ігрових видів спорту в умовах децентралізації сфери фізичної культури і спорту в Україні.