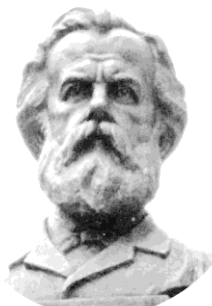


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

СЕРІЯ 15
“НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ/”

ВИПУСК 4 (98) 18

Київ

Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова
2018

УДК 0.51

ББК 95

Н 34

WEB сторінка електронного видання : <http://enpuir.npu.edu.ua>; <http://www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seria-15>

Збірник входить до переліку наукових видань, затверджених постановами ВАК України, у яких можуть публікуватися основні результати дисертаційних робіт:

“Педагогічні науки” – фахове видання, затверджене наказом Міністерства освіти і науки України № 1222 від 07.10.2016

“Фізичне виховання і спорт” – фахове видання, затверджене наказом Міністерства освіти і науки України № 528 від 12.05.2015 р.

Державний комітет телебачення і радіомовлення України: свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації - серія KB № 8821 від 01.06.2004 р.

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. **Серія № 15. “НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ / ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ”** зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – К. : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018. – Випуск 4 (98)18. – с. 190

У статтях розглядаються результати теоретичних досліджень і експериментальної роботи в галузі педагогічної науки, фізичного виховання та спорту, висвітлюються педагогічні, психологічні і соціальні аспекти, нові технології навчання фізичної культури, практики підготовки спортсменів. Збірник розрахований на аспірантів, докторантів, вчителів і викладачів фізичного виховання, тренерів і спортсменів.

Редакційна рада:

Андрущенко В.П.	доктор філософських наук, академік АПН України, рек. НПУ імені М.П. Драгоманова; (гол. Ред. ради);
Андрушин Б.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Бех В.П.	доктор філософських наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Биковська О.В.	доктор пед. наук, професор (секретар Редакційної ради); НПУ імені М.П. Драгоманова;
Бондар Вол. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Бондар Віт. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Дробот І.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Жалдак М.І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Мацько Л.І.	доктор філологічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Падалка О.С.	доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Синьов В.М.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Шут М.І.	доктор фізико-математичних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова.

Відповідальний редактор О. В. Тимошенко**Редакційна колегія:**

Ареф'єв В.Г.	доктор педагогічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Архипов О.А.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Волков В.Л.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Дубогай О.Д.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Медведєва І.М.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Приймаков О.О.	доктор біологічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Сущенко Л.П.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Тимошенко О.В.	доктор педагогічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Ткачук В.Г.	доктор біологічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Іванова Л.І.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Хорошуха М.Ф.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Камаєв О.І.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, ХДАФК
Цьось А.В.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, СНУ імені Л. Українки
Шкрібтій Ю.М.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, НУФВСУ
Грибан Г.П.	доктор педагогічних наук, професор, академік АНВО України, Житомирський державний університет імені І. Франка
Путров С.Ю.	доктор філософських наук, доцент, НПУ імені М.П. Драгоманова
Агребі Брахім	доктор філософії, професор, Інститут спорту та фізичної культури, Туніс
Бельский І.В.	доктор педагогічних наук, професор, Національний технічний університет, Мінськ, Білорусія
Дадело Станіслав	доктор педагогічних наук, професор, Вільнюський педагогічний університет, Литва
Ейдер Ежи	доктор хабілітований, професор, директор ІФК Щецинського університету, Польща
Ягелло Владислав	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор Академії ФВіС, Гданськ, Польща

Схвалено рішенням Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова

ISSN 2311-2220

© Автори статей, 2018 © НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018

Збірник друкується щомісяця

ЗМІСТ 4 (98) 2018

1.	<i>Авраменко С. С., Кащеве О. В., Колесник В. М.</i> ЗМІСТ ПЕДАГОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ ТА ОСОБЛИВОСТІ ВИБОРУ КРИТЕРІЇВ ОЦІНЮВАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ТА СПОРТІ.....	5
2.	<i>Арефьев В. Г., Краснов В. П., Костенко М. П.</i> СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	8
3.	<i>Бабич Т. М.</i> ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ВПРАВ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ПРИ НАВЧАННІ РУХОВИМ ДІЯМ.....	11
4.	<i>Береговий М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ДЛЯ ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ ЕНЕРГЕТИЧНОГО ОБМІНУ ТА ОЖИРІННЯМ З УРАХУВАННЯМ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ ТА ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМ.....	15
5.	<i>Бойченко С., Залойло В., Гончарук А.</i> ЗМІНИ ПРОЯВІВ СПРИТНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ ПІД ВПЛИВОМ ЗАСОБІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ.....	18
6.	<i>Боровик Ю. І., Світлик В. В., Гавриленко М. М., Зубрицький Я. Я.</i> ВПЛИВ СПОРТИВНО-ОРІЄНТОВАНОЇ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА ПАРАМЕТРИ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ВНЗ ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ.....	24
7.	<i>Ван Синьинань</i> СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ГРЕБЦОВ–СПРИНТЕРОВ.....	28
8.	<i>Вихляев Ю. М., Пеценко Н. І.</i> ПОРІВНЯЛЬНА ОЦІНКА МЕТОДИК ЕЛЕКТРОМАСАЖУ І ЕЛЕКТРОСТИМУЛЮВАННЯ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ У ФІЗИОТЕРАПІЇ.....	32
9.	<i>Гасеа С. О., Гасвий В. Ю., Серветник А. В.</i> ОСНОВИ МЕТОДИКИ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ СТУДЕНТІВ У ВНЗ.....	36
10.	<i>Горіна В. В.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РІЗНИХ ВАРИАНТІВ ПІДТРИМКИ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ВЕЛОСИПЕДИСТІВ-ВЕТЕРАНІВ РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП.....	39
11.	<i>Грибан Г. П., Краснов В. П., Опанасюк Ф. Г., Скорий О. С.</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У ЗДОРОВОМУ СПОСОБІ ЖИТТЯ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	43
12.	<i>Григус І. М., Майструк М. І.</i> ВІДНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ХВОРИХ НА ХРОНІЧНЕ ОБСТРУКТИВНЕ ЗАХВОРЮВАННЯ ЛЕГЕНЬ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	46
13.	<i>Гулбани Р. Ш.</i> ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ АСИММЕТРИЧНОЙ ОСАНКИ У ДЕВОЧЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	51
14.	<i>Докаленко А. А.</i> НОРМАТИВНО-ПРАВОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ У ЛІТНІЙ ПЕРІОД.....	54
15.	<i>Єфременко А. М., Шутєєва Т. М., Крайник Я. Б., Пятисоцька С. С.</i> РИТМІЧНА РУХОВА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ПОТЕНЦІЙНИЙ СПОСІБ ТЕСТУВАННЯ.....	58
16.	<i>Жамардїй В. О.</i> РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ ЗАСТОСУВАННЯ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗАНЯТТЯХ ІЗ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УКРАЇНІ ТА ЗА КОРДОНОМ.....	61
17.	<i>Забіла О. В., Харчинський А. А., Шиманський Ю. В.</i> ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ.....	64
18.	<i>Загородній К. В., Севериненко І. Л.</i> РЕАЛІЗАЦІЯ ЗАВДАНЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ ТА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР В УМОВАХ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ.....	67
19.	<i>Захарова І. Ю.</i> КОНДИЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КАК ОСНОВНОЙ ПОКАЗАТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ.....	70
20.	<i>Зеленюк О. В., Бикова Г. В., Чекмарьова В. В., Портна І. Л.</i> АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОВЕДІНКИ ЯК СКЛАДОВОЇ ГУМАНІТАРНОЇ ОСВІТИ СТУДЕНТІВ.....	73
21.	<i>Імас Є. В., Циганенко О. І., Футорний С. М.</i> НОВІТНІ МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ЛАНДШАФТНО-ЕКОЛОГІЧНОЇ ОЦІНКИ СПОРТИВНИХ ГІРСЬКОЛИЖНИХ КОМПЛЕКСІВ.....	76
22.	<i>Казарина А. А.</i> ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-ВОЛЕЙБОЛИСТОВ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	80
23.	<i>Каніщева О. П., Єфіменко П. Б.</i> ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ПЕВНИХ ЕТАПІВ МЕТОДИКИ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «МАСАЖ» МАЙБУТНІМ ФАХІВЦЯМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ.....	82
24.	<i>Киричок М. Ю., Приходько М. Ю.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВІДБОРУ ПЕРСПЕКТИВНИХ ДІТЕЙ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ГАНДБОЛОМ.....	86
25.	<i>Клімашевський О. В.</i> МОДЕЛЮВАННЯ БІОМЕХАНІЧНОЇ СТРУКТУРИ РУХІВ МЕТАЛЬНИКІВ СПИСА РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	89
26.	<i>Клименко Г. В., Філіппов М. М.</i> ОСВІТНІЙ АСПЕКТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ.....	92
27.	<i>Козлов К.</i> ПРОГРАМНО-НОРМАТИВНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТІВ (СУЧАСНИЙ СТАН, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ).....	97
28.	<i>Маринчук П. І.</i> ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	102
29.	<i>Мицкан Б. М., Випасняк І. П., Шанковський А. З.</i> ФАКТОРНА СТРУКТУРА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ, ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ, ТІЛОБУДОВИ ТА СТАНУ БІОГЕОМЕТРИЧНОГО ПРОФІЛЮ ПОСТАВИ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	106

30.	<i>Мичка І. В.</i> МОДЕЛЬ РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ЗАСОБАМИ ПАУЕРЛІФТИНГУ.....	110
31.	<i>Муллагільдіна А. Я., Красова І. В.</i> ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНОК 10-11 РОКІВ В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ У ВПРАВАХ З БУЛАВАМИ.....	114
32.	<i>Новікова І. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ ФІТНЕСОМ....	119
33.	<i>Павлось А. В., Смірнова Л. М., Зелікова Т. І., Коваль О. В.</i> МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ЇХНЬОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	121
34.	<i>Пилипенко В. М., Тимчик М. В.</i> ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ КУРСАНТСЬКО-СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФУТБОЛУ.....	124
35.	<i>Приходько П. Ю.</i> ОСОБЛИВОСТІ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ- ДЗЮДОЇСТІВ.....	127
36.	<i>Пронтенко К. В.</i> ОБҐРУНТУВАННЯ МЕТОДИЧНОЇ СИСТЕМИ НАВЧАННЯ ГИРЬОВОГО СПОРТУ КУРСАНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ПЕРЕВІРКА ЇЇ ЕФЕКТИВНОСТІ.....	130
37.	<i>Ріпак М.О., Ріпак І.М.</i> СПОСІБ ЖИТТЯ ДОРОСЛИХ ЖІНОК І МІСЦЕ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ В НЬОМУ.....	134
38.	<i>Руденко Р. Є., Магльований А. В.</i> ОПТИМІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ ЗАСОБАМИ МАСАЖУ.....	138
39.	<i>Сапрун С. Т., Корнієнко С. М.</i> МЕТОДИКА РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ НА ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТТЯХ З ВОЛЕЙБОЛУ.....	141
40.	<i>Сапрун С. Т., Кузь Ю. С.</i> ФОРМУВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ПРОГРАМ ДЛЯ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИХ ФУТБОЛЬНИХ ШКІЛ.....	144
41.	<i>Семенів Б. С., Стахів М. М., Ковбан О. Л., Бенцак Л. І.</i> ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ВЕТЕРИНАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	147
42.	<i>Стасюк Р. М., Песоцький С. М., Куриленко О. В.</i> ФУТЗАЛ ЯК ГОЛОВНИЙ ЧИННИК СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ І КУРСУ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	153
43.	<i>Стасюк Р. М., Васильєв В. В., Індік П. М.</i> СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ФІЗИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ У АСПЕКТІ ВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ.....	155
44.	<i>Стешиц А. В.</i> ЗНАЧЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ З ТРАВМОЮ ПЕРЕДНЬОЇ ХРЕСТОПОДІБНОЇ ЗВ'ЯЗКИ КОЛІННОГО СУГЛОБУ.....	159
45.	<i>Філіппов М. М., Краснова С. П.</i> ВПЛИВ РОТАЦІЙНО- ТРАКЦІЙНОЇ МІОРЕЛАКСАЦІЇ НА ВЕСТИБУЛЯРНІ ТА ВЕГЕТАТИВНІ ФУНКЦІЇ ЮНИХ БАТУТИСТІВ.....	161
46.	<i>Фоменко О. В., Фоменко В. Х.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПОБУДОВИ ПОЗААУДИТОРНИХ ЗАНЯТЬ З АЕРОБІКИ ЗІ СТУДЕНТАМИ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	165
47.	<i>Церковная Е. В., Барыбина Л. Н., Филенко Л. В., Егорова Е. В., Алексеева И. А.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИОННЫХ ПРИОРИТЕТОВ И САМООЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА.....	168
48.	<i>Циганенко О. І., *Першегуба Я. В., Склярова Н. А., Оксамитна Л. Ф.</i> ПРОБЛЕМА ВИЗНАЧЕННЯ БІОРИТМОЛОГІЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СПОРТСМЕНІВ.....	175
49.	<i>Череповська О. А., Пасічна Т. В., Сербо Є. В.</i> ДЕЯКІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ. МЕТОДИ СПРИЯННЯ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЗА ДОПОМОГОЮ ЗАНЯТЬ АЕРОБІКОЮ.....	179
50.	<i>Шашлов М. І.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ЗІ СПОРТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ.....	183
51.	<i>Шпичка Т. А., Степанюк В. В.</i> ВЛИЯНИЕ ФАКТОРОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА УСПЕШНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.....	185

подростки займаються різними видами спорту на основі своїх схильностей і можливостей.

Висновки. Таким чином, резюмуючи викладене, можна зробити наступні висновки. Во – перших, кондиційна фізична підготовленість – це один з основних критеріїв визначення стану фізичного здоров'я людини. Во – вторих, реєстрація показників кондиційної фізичної підготовленості в тих освітніх закладах, в яких є предмет «Фізична культура», є обов'язковою для педагогів цього профілю і тому не викликає яких – либо організаційних складнощ (в порівнянні з дослідженням морфофункціонального стану учасників). При цьому не вимагається якого – либо діагностичного обладнання.

Во – третіх, динамічно і достатньо оперативно змінюючись в процесі занять фізичною культурою показники кондиційної фізичної підготовленості, що сприяють розвитку морфофункціональних параметрів організму, мають велике стимулююче значення для учасників.

Література

1. Громыко В. В. К оцінці індивідуальної фізичної кондиції людини / В. В. Громыко, Ю. Н. Вавилов, В. Г. Лепейко // Теорія і практика фізичної культури – 1991 - № 10 – с. 28 – 32.
2. Канишевський С. М. Науково – методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства / С. М. Канишевський – К.: ІЗМН, 2000 – 270 с.
3. Ланда Б. Х. Методика комплексної оцінки фізичного розвитку і фізичної підготовленості / Б. Х. Ланда – Казань: Форт – діалог, 2000 – 76 с.
4. Семёнов Л. А. Кондиційна фізична підготовленість і її оцінка у школярів і студентів / Моніторинг кондиційної фізичної підготовленості в освітніх закладах – М.: 2007, с. 6 – 12
5. Семёнов Л. А. Моніторинг кондиційної фізичної підготовленості в освітніх закладах – М.: 2007, 165 с.
6. Указ Президента України від 09. 02. 2016 р. № 42 / 2016 «Про Національну стратегію оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року: «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»».
7. Ivashchenko L. Va. Programming of classes of health – improving orientation / L. Va. Ivashchenko // The theory and practice of physical culture – 1990 - № 1 – P. 31 – 34.
8. Platonov V. N. General theory of sportsmen training in Olympic sport / V. N. Platonov – K.: Olympic literature, 1997 – 583 p.
9. Romanenko V. A. The motor abilities of a person / V. A. Romanenko – Donetsk: New World 2000 – 336 p.

Зеленюк О.В.

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

Быкова Г.В.

Національна академія внутрішніх справ

Чекмарьова В.В., Портна І.Л.

Київський університет імені Бориса Грінченка

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОВЕДІНКИ ЯК СКЛАДОВОЇ ГУМАНІТАРНОЇ ОСВІТИ СТУДЕНТІВ

Розглянуто теоретичні засади сучасної парадигми формування здоров'язберезливої життєвої поведінки як складової гуманітарної освіти студентів, проведено ретроспективний аналіз стану системи фізичного виховання у вишах України та визначено науково-методологічні напрями збереження профільних кафедр.

Ключові слова: фізичне виховання, здоров'я, студенти, здоров'язберезлива життєва поведінка, гуманітарна освіта.

Зеленюк О.В., Быкова А.В., Чекмарева В.В., Портная И.Л. Актуальные проблемы современной парадигмы формирования здоровьесохраняющего жизненного поведения как составляющей гуманитарного образования студентов Рассмотрены теоретические основы формирования здоровьесохраняющего жизненного поведения как составляющей гуманитарного образования студентов, проведен ретроспективный анализ состояния системы физического воспитания в вузах Украины и определены научно-методологические направления сохранения профильных кафедр.

Ключевые слова: физическое воспитание, здоровье, студенты, здоровьесохраняющее жизненное поведение, гуманитарное образование.

O.V. Zeleniuk, G.V. Bykova, V.V. Chekmariova, I.L. Portna Current Issues of Forming Health-Preserving Life Behavior as a Component of Students' Humanitarian Education The doctrine of reforming the national system of higher education in Ukraine is built on the transformation of current paternalist methods and forms of pedagogical technologies for carrying out the study process to innovational and progressive European standards that are based on the principles of mutual respect and partner relationship between a professor and a student.

The aim of today's higher education in Ukraine implies provision of quality and fundamental education and development of students through creative and persistent self-education and constant self-improvement of their intellectual, creative and physical capacities that have a decisive impact for their future employment and ability to adapt to global social challenges.

One of the most important tasks of physical education is conscious involvement of each student into practicing physical

culture and sports, which is crucial in the process of forming a healthy lifestyle and responsibility for one's own health.

The research considers theoretical foundations of forming health-preserving life behavior as a component of students' humanitarian education and offers the analysis of the state of the physical education system in Ukrainian universities.

A retrospective glance into profile materials and our own long experience of research and pedagogical work has allowed us to develop a package of basic value and motivational orientation for the student youth; their ideological background is based on concepts that prove a dependency of the state of health and physically active life style without harmful habits.

Keywords: *physical education, students, health-preserving life behavior, humanitarian education.*

Постановка проблеми. Доктрина реформування національної системи вищої освіти України базується на зміні існуючих патроналістських методів та форм педагогічних технологій реалізації навчального процесу на новітні передові європейські стандарти, засновані на принципах взаємоповаги, партнерських стосунків між викладачем і студентом [1-4,6,7,10,13-14].

Мета сьогоденної української вищої освіти передбачає забезпечення якісного фундаментального навчання та виховання студентів шляхом творчої, наполегливої самоосвіти та постійного самовдосконалення інтелектуальних, творчих і фізичних можливостей, що має вирішальне значення для майбутньої фахової діяльності та здатності мобільно адаптуватися до суспільних викликів [1-4,6,7,10,13-14].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Одним із важливих завдань фізичного виховання є усвідомлене залучення кожного студента до занять фізичною культурою і спортом, що є визначальними в процесі здорового способу життя та відповідальності за стан власного здоров'я [1-4,6-10,12-15].

Проте, в останні роки процеси реформування вищої освіти в Україні супроводжуються немотивованим нехтуванням важливої гуманітарної складової освітньої європейської стратегії – духовним та фізичним вихованням молоді. Особливу стурбованість у суспільстві викликає загальноукраїнський процес тотального скорочення навчальної дисципліни «Фізичне виховання», як обов'язкового компоненту академічних планів підготовки бакалаврів та єдиного ефективного засобу оздоровлення і покращення резервів функціональних систем організму студентів на тлі одночасного скорочення кадрового потенціалу у більшості вишів державної й приватної форм власності [1-4,6,7,10,13-14].

Як наслідок, виникає невідповідність між прогресивними вимогами Національної доктрини розвитку освіти, що базується на загальнодержавних законодавчих актів у сфері оздоровчої рухової активності населення України і фактичним руйнуванням системи фізичного виховання студентів.

«...Багаторічними науковими дослідженнями доведено, що оздоровча рухова активність сприяє розвитку економіки і суспільства загалом. За інформацією Всесвітньої організації охорони здоров'я, відсутність належної рухової активності призводить до економічних збитків у розмірі 150 - 300 євро на одну особу за рік» [5].

Соціально-економічні умови та реалії сучасного стану здоров'я та рухової активності студентської молоді, яскраво свідчать про недалекоглядність у неприпустимість тренду нищення кафедр фізичного виховання Міністерством освіти та ректорами багатьох вишів та нехтування ними значення фізичної культури і спорту в формуванні здорового способу життя, як базової життєвої цінності особистості студента [1-4,6,7,10,11,13-14].

Наразі в Україні склалася критична ситуація у вишах щодо скорочення/ліквідації спеціально організованої фізичної активності у форматі навчальної дисципліни «Фізичне виховання». Така тенденція є одним із ключових чинників зниження рухової підготовленості студентської молоді та резервів її здоров'я, що потребує невідкладних реанімаційних заходів, спрямованих на формування фахової еліти [1-7,10,11,13-14].

Формулювання цілей статті. Мета та завдання нашої наукової розвідки полягали у вивченні і аналізі матеріалів фахових літературних джерел щодо сучасного стану здоров'я та рухової підготовленості студентської молоді.

На цій підставі обґрунтувати можливість використання здоров'язбережувальної життєвої поведінки, як складової гуманітарної освіти, у форматі навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у вишах України.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблематика впровадження якісної європейської вищої освіти, зміцнення здоров'я молоді - найпрогресивнішої складової сучасного суспільства та його майбутнього, набувають значної актуальності в незалежній Україні [1-4,6,7,10,11,13-14].

Відомо, що міцне здоров'я та якісна сучасна вища освіта є підґрунтям не тільки особистого благополуччя, але і гарантом процвітання та багатства нації. Саме освіченість, турбота про здоров'я, духовна і тілесна досконалість студентської молоді стають одними з першорядних завдань держави [1-4,6-10,11-15].

Зауважимо, що в сучасних соціально-економічних умовах держава хоча й не має можливості забезпечити повною мірою належний рівень розвитку фізичної культури і спорту, але в неї залишається розуміння стратегічної важливості цієї проблеми, що підтверджується прийняттям у 2016 році Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація».

Загальні положення цього документу засвідчують, що «...недосконалість системи охорони здоров'я, низький рівень усвідомлення цінності здоров'я як власного капіталу, перебування переважної більшості населення в умовах соціально-економічної нестабільності призвели до створення несприятливих для ведення здорового способу життя умов. Загальновідомо, що ведення населенням здорового способу життя для збереження та зміцнення здоров'я є у п'ять разів ефективнішим, ніж лікувально-діагностичні процедури. За інформацією Всесвітньої організації охорони здоров'я, співвідношення витрат і прибутків від виконання програм здорового способу життя становить 1 до 8» [5].

Разом із тим, наголосимо, що фактичні характеристики життя переважної більшості українців, скорочення тривалості та якості життя поряд із погіршенням стану здоров'я населення, набувають загрозливого для існування держави характеру [1-7, 10,11].

Ретроспективний аналіз матеріалів наукових публікацій упродовж останніх 10 років (2007-2017 р.р.), присвячених

проблемам вивчення стану здоров'я українських студентів, свідчить про системну тенденцію збільшення кількості осіб із хронічною соматичною патологією серед загальної кількості першокурсників, які займаються фізичним вихованням у форматі відповідної навчальної дисципліни, що підтверджується збільшенням числа студентів спеціального навчального відділення у різних ВНЗ від 21 до 50 % [1-4,6,7,10,11].

Зокрема, показовою у цьому дискурсі є характеристика стану здоров'я студентів українських вишів «...майже 90,0 % з них мають відхилення у стані здоров'я. Дійшло до того, що ЮНЕСКО оголосило Україну «... країною вимираючого етносу» [7].

Результати досліджень самооцінки студентами стану здоров'я свідчать, що хорошим його вважають лише 39,3 % респондентів, 17,5 % оцінюють здоров'я як задовільне, а майже кожний 10-й стверджує, що воно неналежне [1-3,6].

Матеріали фахового обговорення стану фізичного виховання у вищих навчальних закладах України, опубліковані протягом десяти останніх років, підтверджують, що ця навчальна дисципліна, на жаль, поступово зникає з навчальних планів і не виконує у повному обсязі вимоги суспільства щодо виховання нової генерації національно свідомої когорти фахівців як фізично і духовно здорових носіїв загальнолюдської культури, високого професіоналізму та здатних ефективно адаптуватися до сучасних цивілізаційних викликів [1-4,6,7,10,13-14].

На наш погляд, такі тенденції пов'язані з тим, що досі залишається декларативною гуманістична сутність фізичного виховання як складової загальної культури людства у тій її сфері, що стосується процесів покращання стану здоров'я та вдосконалення фізичних якостей людини.

Саме гуманістично-орієнтована система фізичного виховання передбачає формування у майбутніх фахівців свідомої відповідальності за стан здоров'я, право вибору мети, засобів та методів його корекції із врахуванням власних потреб і мотивацій, а не нав'язливий диктат викладача або замовлення соціуму. Ця система має сприяти оздоровчій активності молодій людині, вільному і свідомому (обґрунтованому) обранню здорового способу життя та розумінню власної відповідальності за реалізацію цього вибору [1-4,6-9,12,15].

Враховуючи, що залучення до здорового способу життя, покращення здоров'я і фізичного самовдосконалення є базовим компонентом формування здоров'язбережувальної життєвої поведінки як складової гуманітарної освіти - нами було виокремлено низку існуючих у сучасному студентському середовищі життєвих пріоритетів, що пов'язані зі способом життя і розумінням можливості власними зусиллями досягати тілесної досконалості та вершин саморозвитку особистості засобами фізичної культури і спорту.

Разом із цим здійснювалось інформаційне забезпечення теоретичних знань студентами щодо можливостей функціональних систем організму та практичним оволодінням сучасними методами перевірки засвоєної інформації. Важливими складовими сучасного навчального процесу, поряд із об'єктивними критеріями засвоєння студентами програмного матеріалу, було виховання мотивації до здоров'язбережувальної життєвої поведінки.

Висновки.

1. Ретроспективний екскурс у матеріали фахової літератури та власний багаторічний досвід науково-педагогічної роботи дозволив розробити пакет основних ціннісно-мотиваційних орієнтацій студентської молоді, ідеологічне підґрунтя яких базується на концептуальних положеннях, що аргументують залежність стану здоров'я людини від фізично активного способу життя без шкідливих звичок.
2. Запропонована нами технологія формування здоров'язбережувальної поведінки як складової гуманітарної освіти студентів, спрямована на успішне навчання та підвищення якості власного життя, викликала зацікавленість та позитивну оцінку учасників дослідження.
3. Сприяння залученню студентської молоді до ведення здорового способу життя та оволодінню сучасними методами вдосконалення фізичних кондицій, підтриманню гармонії тіла та розуму – це відповідальна царина не тільки професійної компетенції науково-педагогічних працівників кафедр фізичного виховання вищих навчальних закладів, але й держави та суспільства України.

Перспективи подальшого розвитку цього напрямку. Формування у студентів здоров'язбережувальної життєвої поведінки та мотиваційної потреби до ведення здорового способу життя і регулярного фізичного самовдосконалення, як засобів покращення здоров'я та досягнення високої розумової та фізичної працездатності засобами фізичної культури і спорту, мають залишатися пріоритетними у структурі підготовки фахівців у вищих навчальних закладах України, а збереження профільних кафедр дозволить ефективно вирішувати ці загальнодержавні завдання.

Продовження досліджень у цьому напрямку є, наразі, актуальною та буде предметом наших наступних наукових розвідок.

Література

1. Зеленюк О., Чекмарьова В., Бикова Г. Оздоровчо-профілактичне фізичне виховання студентської молоді (теоретичні аспекти) / О. Зеленюк, В. Чекмарьова, Г. Бикова // Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини (у циклі Анохінських читань): матер. V Всеукр. наук.-практ. конф., – К.: Київ ун-т ім. Б. Грінченка, 2017. – С. 66-72.
2. Зеленюк О.В., Бикова А.В. Физическое воспитание студентов специального учебного отделения в контексте современного гуманитарного образования // «Человек, спорт, здоровье»: Материалы V Междунар. научн. конгресса / Под ред. В.А. Таймазова – СПб: Изд-во «Олимп-СПб», 2011. – С.64-65.
3. Зеленюк О.В., Іванько В.В., Портна І.Л. Физическое воспитание: педагогические основы здоровьесохраняющего поведения студенческой молодежи / О.В. Зеленюк, В.В. Іванько, І.Л. Портна // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: матеріали XII міжнар. наук.-метод. конф. (За заг. ред. І.І. Вржесневського). – К.: НАУ, 2017. – С. 42-43.

4. Круцевич Т.Ю., Саїнчук М.М., Підлетейчук Р.В. Наслідки політики девальвації фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України для громадян і держави / Т.Ю. Круцевич, М.М. Саїнчук, Р.В. Підлетейчук // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. – 2018. – Вип. 15 (2) (96). – С. 51-55.
5. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація» [Електронний ресурс]: www.president.gov.ua/documents/422016-19772.
6. О.В. Зеленюк, Г.В. Бикова Профілактична спрямованість фізичного виховання студентів із кардіоваскулярною патологією – виклик часу / О.В. Зеленюк, Г.В. Бикова // Матеріали XVIII Національного конгресу кардіологів України. Український кардіологічний журнал. Додаток 1/2017. – Київ. – С.175.
7. Присяжнюк С. Країна вимираючого етносу, або Кому заважає фізичне виховання у вищих навчальних закладах? / С. Присяжнюк, М. Попов // Голос України. – 2015. – 12 лист. (№ 210–211). – С. 14.
8. Bailey R. Physical education for learning / R. Bailey.- Continium International Publishing Group, 2010. – 259 p.
9. Hardman K., Green K. Contemporari issues in phisical education. Mayer & Mayer Verlag, 2011. 300 p.
10. Kalmykov S. A. Analiz efektyvnosti zastosuvannya prohramy fizychnoi reabilitatsii pry khronichnomu hastryti typu V / S.A. Kalmykov, Yu.S. Kalmykova, K.N.Sadat // Fizychna reabilitatsiia ta rekreatsiino-ozdorovchi tekhnolohii [Nauk. zhurn.]: Kharkiv: KhDAFK, 2017, № 2 S. 60-69.
11. Shchorichna dopovid pro stan zdorovia naseleння, sanitarno-epidemichnu sytuatsiiu ta rezultaty diialnosti systemy okhorony zdorovia Ukrainy, 2016 rik / MOZ Ukrainy, DU «UISD MOZ Ukrainy». – Kyiv, 2016. – 438 s.
12. Stidder G. The really useful physical education book. Tatlor & Francis, 2010. 216 p.
13. Zeleniuk O., Prontenko K., Prontenko V., Bondarenko V., Bezpaliy S., Bykova G., Dvoretzky V. (2017) Improvement of the physical state of cadets from higher educational establishments in the Ukrainian armed forces due to the use of the kettlebell sport. Journal of Physical Education and Sport, 17 (1), pp.447 – 451. www.efsupit.ro
14. Zeleniuk O., Prontenko K., Prontenko V., Bondarenko V., Bezpaliy S., Bykova G., Dvoretzky V. (2017) Level and dynamics of functional preparedness indexes of kettlebell sportsmen. Journal of Physical Education and Sport, 17 (2), pp. 712 - 716. www.efsupit.ro
15. Zrnzević N., Arsić R. Motivation of students for physical education classes // Activities in Physical Education and Sport. – 2013. – Vol. 3. – No. 2. – Pp. 215–220.

Імас Є.В., Циганенко О.І., Футорний С.М.
Національний університет фізичного виховання і спорту України

НОВІТНІ МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ЛАНДШАФТНО - ЕКОЛОГІЧНОЇ ОЦІНКИ СПОРТИВНИХ ГІРСЬКОЛИЖНИХ КОМПЛЕКСІВ

Мета досліджень – розробити новітні методологічні підходи до ландшафтної – екологічної оцінки гірськолижних комплексів спортивного призначення. Методи досліджень – методи теоретичного аналізу наукової літератури: узагальнення, синтез, формалізація, абстрагування. Результати досліджень – визначені новітні методологічні підходи до ландшафтної – екологічної оцінки гірськолижних комплексів спортивного призначення, які включають оцінку природно - ландшафтних комплексів з урахуванням вимог «Міжнародної лижної федерації» (FIS), проведення оцінки орографічних особливостей територій, солярної та циркуляторної експозиції, структурно – літологічних факторів, динаміки зміни снігового покриву, оцінки стану екосистем гірських лісів.

Ключові слова: ландшафт, ландшафтної - екологічна оцінка, гірськолижні комплекси.

Имас Е.В., Цыганенко О.И., Футорный С.М. Новейшие методологические подходы к ландшафтної - экологической оценке спортивных горнолыжных комплексов. Цель исследований – разработать новейшие методологические подходы к ландшафтної - экологической оценке горнолыжных комплексов спортивного предназначения. Методы исследований – методы теоретического анализа научной литературы: обобщение, синтез, формализация, абстрагирование. Результаты исследований – определены новейшие методологические подходы к ландшафтної - экологической оценке горнолыжных комплексов спортивного предназначения, которые включают учет требований «Международной лыжной федерации» (FIS), проведение оценки орографических особенностей территорий, солярной и циркуляторной экспозиции, структурно – литологических факторов, динамики изменения снежного покрова, оценки состояния экосистем горных лесов.

Ключевые слова: ландшафт, ландшафтної - экологическая оценка, горнолыжные комплексы.

Imas E.V., Cyganenko O.I., Futorny S.M. Newest methodological fittings to for landscape - to ecological estimation of sporting mountain-skier complexes. The purpose of the research is to develop the latest methodological approaches to the landscape and ecological assessment of sports complexes. Methods of research - methods of theoretical analysis of scientific literature: generalization, synthesis, formalization, abstraction. Research results - The analysis of scientific, scientific and methodological literature and other sources of information showed that in Ukraine, according to the DBN, V.2.2.-13-2003 "Sports and fitness and recreation facilities", the sports ski complexes by classification fall within the requirements of the category "Specialized sports constructions Ski resorts ". At the same time, these requirements apply only to open ski slopes of ski centers.

For carrying out landscape and ecological assessment of the sports complexes of skiing complexes, specialists who are trained in both sport and landscape ecology and sport ecology are required.

In the methodological plan it is necessary to take into account that the characteristic feature of the ski complexes for sports purposes is the creation on their territories of sports stadiums and ski slopes of high degree of complexity, which requires a special