

є, власне, дотримання взаємозв'язку різних форм фізичного виховання, що сприятиме:

- вихованню свідомого та активного ставлення до рухової діяльності, озброєнню навичками самостійного здобуття знань;

- розвитку творчих здібностей, пізнавальної активності студентів.

Варто зауважити, що зміст занять фізичного виховання – це не тільки набір і передача фактологічної інформації, формування вмінь та навичок. Студентів необхідно залучити до поширення засвоєних знань, цінностей, принципів та координувати їхню діяльність, формувати у них навички здорового способу життя.

Про важливість такого підходу свідчить той факт, що деякі вчителі шкіл та наукові працівники пропонують запровадити в школі третій, навчальний матеріал із фізіології, педагогічного контролю, олімпійського спорту, психології чи гігієни. Тобто це повинні бути уроки пізнання людини, її можливостей, шляхів удосконалення. Тоді, на думку фахівців, школярі отримуватимуть глибокі знання щодо правил загартування, шкідливості паління, вживання алкоголю і наркотиків тощо, які, власне, і впливатимуть на формування способу життя [4].

Вирішальним у побудові занять є визначення взаємопов'язаної послідовності дій педагога і учня під час розв'язання кожного педагогічного завдання, застосування методів і методичних прийомів, що використовуються у процесі уроку.

Отже, головне призначення заняття – забезпечити студентам сприятливі умови для успішного засвоєння навчальної програми, які є тільки початком усєї складної системи процесу запровадження фізичної культури в повсякденне життя.

ВИСНОВКИ. Таким чином, все вищенаведене дає підставу зробити та висновок про те, впровадження педагогічних умов формування знань з фізичної культури студентів сприятиме ефективному засвоєнню культурно-виховних цінностей і принципів фізичної культури, зростанню позитивного та дієвого ставлення до занять фізичними вправами, дотримання норм та принципів здорового способу життя.

ЛІТЕРАТУРА

1. Баканова А. Ф. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи / А. Ф. Баканова // Физическое воспитание студентов. – № 6, 2011. – С. 8-11 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/26399b33-8cca-4878-ab4da19c4537b5cd>

2. Загальнодержавна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 роки. – 2011 № 828-р.

3. Yuhimuk V. Formuvannya znan olimpiiskoi tematiki yak chinnik pidvitshennya zacikavlenosti uchniv do osnovnoi shkoli do fizichnoi kulturi / V. Yuhimuk // Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovannya i sportu: nauk. monografiya / za red. S.S. Ermakova. – Н., 2009. – №7. – С.205–208.

4. Wiyan B. M. Teoriya i metodika fizichnogo vihovannya wkolyariv: [pidruch. dlya stud. vitsh. navch. zakl. fiz. vihovannya i sportu]: u 2 4. / B. M. Wiyan. – Т.: Navchalna kniga – Bogdan, 2004. – 4. 1. – 272 s.; 4. 2. – 248 s.

УДК 378.016:796.325(075.8)

Супруненко М.В.

Київський національний університет культури і мистецтв

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ СТАНУ ТА ПЕРСПЕКТИВ ПОДАЛЬШОГО РОЗВИТКУ СЕКЦІЙ З ВОЛЕЙБОЛУ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ З УРАХУВАННЯМ ЄВРОІНТЕГРАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ.

Анотація. У статті на основі аналізу літератури та результатів дослідження з'ясовуються складові роботи спортивно-оздоровчих секцій з волейболу для різносторонньо підготовленого контингенту студентської молоді та вимоги до навчального і оздоровчого процесу тренування.

Ключові слова: волейбол, секції, відділення спортивного вдосконалення, спеціалізовані медичні групи, підготовчі групи, студенти.

Аннотация. Супруненко М.В. Актуальные вопросы состояния и перспективы дальнейшего развития секций по волейболу в сфере физического воспитания и спорта студенческой молодежи с учетом евроинтеграционных процессов. В статье на основе анализа литературы и результатов исследования выясняются составляющие спортивно-оздоровительных секций по волейболу для разносторонне подготовленного контингента студенческой молодежи и требования к учебному и оздоровительному процессу тренировки.

Ключевые слова: волейбол, секции, отделения спортивного совершенствования, специализированные медицинские группы, подготовительные группы, студенты.

Annotation.Suprunenko M.V. Topical issues of state and prospects of further development of sections of volleyball in physical education and sport of students based on the European integration process. The article describes basis aspects of literature and the results of the study investigated the components of sports and recreation volleyball sections for multi-task trained contingent of students and requirements for training and improving the process of training.

The issue of employment in the university section in the case of a group of students with sports categories and sports titles in volleyball. The article states that the sectional work in volleyball at the universities depends on the availability of material and

technical (sports complex) of educational institutions; as well as technical and physical training of a contingent of students who want to engage in volleyball section.

The university section in volleyball can be represented in three ways, depending on the readiness of students: Group of sports perfection, specialized medical group, the preparatory group. A brief description of these groups and in this connection points to the need to develop a variety of training programs, procedures, monitoring systems for each group of students engaged in volleyball.

It raises the question of the elimination of physical education departments in some universities of Ukraine and creation on their basis of voluntary sports clubs to visit breakout sessions students. This innovation leads to the abandonment of physical training of students, which in turn affects students' health and then to the entire educational process as a whole.

Keywords: volleyball, section, department of sports perfection party, specialized medical teams, the initial preparatory groups, students.

Постановка проблеми. Гра в волейбол значно впливає не тільки на фізичний розвиток, але й на виконання техніко-тактичних елементів (А. В. Беляев, 2009; Ю. Н. Клещев, 2003). В університетах України, які не готують тренерський склад з спорту та фізичного виховання, секції зі спортивних ігор ведуть початкове навчання студентів основним елементам гри. Це обумовлено тим, що в цих вищих навчальних закладах готують спеціалістів, професійна діяльність яких в майбутньому не пов'язана з професійним спортом.

Мета дослідження: дослідити різновид груп в секціях з волейболу: групи спортивного вдосконалення та майстерності, спортивно-оздоровчі та спеціальні медичні групи групи у в вищому навчальному закладі.

Завдання дослідження: дослідити можливі типи секційної роботи з волейболу в вищому навчальному закладі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Спортивна гра - волейбол традиційно популярна серед всіх категорій населення, завдяки різнобічному впливу на організм людини.

Волейбол в вузі включається в програму з фізичного виховання студентів, є складовою частиною занять в різних групах. У вузі повинні бути створені всі умови для вивчення базових спортивних ігор зокрема і волейболу.

Сфера застосування праці фахівця з вищою фізкультурним освітою з волейболу (зі спеціалізацією тренер по волейболу) має широкий діапазон. Планування компонентів тренування на один рік або кілька років і контроль за освоєнням техніко-тактичного арсеналу і пов'язаного з цим змісту фізичної, теоретичної, техніко-тактичної, психічної та інтегральної підготовки безпосередньо пов'язано з поділом студентів на групи:

- групи спортивного вдосконалення,
- спеціальні медичні групи (оздоровчий волейбол);
- підготовчі групи.

Контроль на заняттях дозволяє чітко контролювати спрямованість роботи, її відповідність поставленим завданням, допомагає вибору необхідних засобів і методик для використання, в разі потреби вносити корекцію в виконувану роботу та програми.

У групи спортивного вдосконалення спортивної майстерності набираються студенти, що займаються волейболом на протязі багаторічної підготовки (10-20 років). З учасників груп спортивного вдосконалення формуються спортивні резерви, збірні команди спортивних клубів та спортивних товариств, збірні команди України (жіночі та чоловічі), учасники Олімпійських ігор, чемпіонатів світу та Європи, Кубків світу, Світової ліги (чоловіки) і Гран-прі (жінки). Функціонування волейболу вищих розрядів - важлива частина системи фізичної культури. Він має взаємозв'язок з обов'язковим фізичним вихованням в школах, вузах, ДЮСШ, масовим волейболом.

У волейболі налічується близько 200 елементів змагальний дій, які треба вміло розподіляти для вивчення протягом багаторічної підготовки, в процесі вдосконалення спортивної майстерності за всіма компонентами. Відомі дані спостережень на змаганнях і результати багаторічних досліджень і тренерського досвіду Залізняка Ю.Д. [7], яким було сформовано склад техніко-тактичних дій у волейболі (190 прийомів: - 80 з техніки, 110 з тактики), а також показана послідовність вивчення техніко-тактичних дій у волейболі.

Втративши можливості освоїти техніко-тактичний арсенал в період багаторічної підготовки, починаючи з дитячого віку, шляхом форсованого відпрацювання «змагального» арсеналу техніко-тактичних дій з акцентом на ігрову підготовку в навчальних двосторонніх іграх усунути цей недоробок неможливо.

Організація навчально-тренувальної роботи в вузі на відділенні спортивного вдосконалення може йти за наступними напрямками:

- при хорошій спортивній базі і великому контингенті студентів створюються однорідні зі спортивної підготовленості групи (команди факультетів, курсів, відділень та ін.), з яких кращі спортсмени запрошуються в збірну команду вузу. Це положення характерно для вищих навчальних закладів зі спортивним напрямком діяльності;

- при незначній кількості студентів і при посередній спортивній базі створюються збірні команди зі студентів різних курсів і різного рівня підготовленості. Це положення характерно для вищих навчальних закладів з неспортивним напрямком діяльності;

Основна спрямованість роботи в групах спортивного вдосконалення - вдосконалення техніко-тактичної майстерності і подальший розвиток рухової і функціональної підготовленості.

Збірна команда університету бере участь у різнобічних змаганнях: першості району, першості міста серед вузів, серед колективів фізичної культури дружніх вузів і в інших змаганнях.

Заняття в групах спортивного вдосконалення проводяться не менш ніж тричі на тиждень тривалістю по 2 години кожне.

Спеціалізовані медичні групи. Лікарі радять в медичних групах проведення занять з полегшеними м'ячами. На їх думку виконання подач, передач м'яча та блокувань є гарним коригувальним засобом. Проведення занять в спеціальних медичних групах вимагає найбільшої підготовки викладача в методичному плані. Викладач повинен знати стан здоров'я і фізичну підготовленість кожного студента, якій відвідує секцію.

Розподіл навантаження на тренуванні в цій групі:

- підготовча частина до 30% усього часу;
- основна частина до 55% усього часу;
- заключна частина до 15% усього часу.

Під час заняття неприпустимі різкі ривки, падіння, нападаючі удари і подачі на силу. У підготовчій частині даються вправи на розтягнення, переміщення з невисокою швидкістю, стрибки без великих м'язових зусиль, вправи з м'ячами в групах (передачі, подачі, прийом подач і ін.).

В основній частині гра за спрощеними правилами або тренування ігрових фрагментів гри.

Головне завдання занять з волейболу у спеціальній медичній групі – сприяти зміцненню здоров'я студентів. [5]

Підготовчі групи. У цих групах студенти вдосконалюють свою гру. Студенти відбираються в групи відповідно до їх підготовки і з урахуванням їх бажання займатися волейболом.

На заняттях студенти знайомляться з основами волейболу для подальшої участі в масових змаганнях (першість факультету, курсу, першість університету), а також підвищують фізичну підготовленість засобами волейболу.

Програма, її зміст і об'єм навчального матеріалу залежать від року навчання. На перших двох курсах матеріал різноманітний в межах загально розвиваючих, підготовчих і відповідних вправ, а також елементів техніки і тактики гри. На старших курсах основна увага приділяється вправам для розвитку загальних і спеціальних фізичних якостей, для закріплення техніки і тактики гри, освоєних на початкових курсах навчання. [5]

Тривалість занять в підготовчих групах - 1,5 години кожне, не менш ніж двічі на тиждень.

Для студентів, які займаються в підготовчій групі систематично проводяться різноманітні змагання на першість курсів, факультетів, університету.

Результати дослідження. Приєднання України до Болонського процесу та відповідна адаптація вітчизняної освітньої системи до європейських стандартів ставлять перед вищою школою нові важливі завдання модернізації навчального процесу. Кафедри з фізичного виховання та спортивні клуби вищих навчальних закладів пропонують вільний вибір студентом відвідування спортивної секції. На жаль, до теперішнього часу в деяких вузах зі спортивними клубами при відсутності кафедр фізичного виховання ще не вироблено єдиного підходу до студентів першого та другого курсу обов'язковості відвідування занять спортивнофізкультурного напрямку. Це приводить до того, що частка молоді залишається осторонь розвитку своєї фізичної підготовленості. Це впливає на стан здоров'я, та загальний учбовий процес студентів. Оскільки робота спортивних груп з волейболу одна з найбільш поширених форм організації фізичного виховання в вузах, то особлива увага приділяється питанням розробки навчальних програм з різноманітним об'ємом і змістом навчального матеріалу, методик навчання та формам контролю, які призначені для груп різної технічної підготовленості.

При наявності матеріально-технічної бази у вузі і достатнього контингенту студентів різноманітної спортивної підготовки в учбовому закладі можливо три види секційної роботи з волейболу: групи спортивного вдосконалення, спеціальні медичні групи (оздоровчий волейбол), підготовчі групи. Студенти, розрядники, та майстри спорту з волейболу, при відсутності груп спортивного вдосконалення в вузі, для подальшого вдосконалення гри, тренування проводять в клубах спортивних товариств міста. У вищих навчальних закладах неспортивного профілю заняття з фізичного виховання доцільно організувати у групах зі спортивної спрямованості з урахуванням бажання і фізичних можливостей студентів, що призводить до підвищення відвідування й активності на заняттях студентів, поліпшенню їх фізичної підготовленості та фізичного розвитку.

ВИСНОВКИ. Волейбол покликаний вирішувати в навчально-тренувальному процесі завдання всебічного розвитку студентів та спрямований на досягнення наступних цілей: зміцнення здоров'я студентів, загартовування, гармонійного фізичного розвитку, досягнення та підтримання високої працездатності, прищеплення гігієнічних навичок, виховання у молоді високих моральних і волевих якостей, почуття колективізму і взаємодопомоги, формування життєво важливих рухових навичок та вміння застосування їх в різних життєвих умовах, розвиток у студентів основних рухових якостей, здатності до оцінки силових, просторових і часових параметрів рухів, виховання потреби в особистому фізичному вдосконаленні. Робота підготовчих груп з волейболу в кожному вузі обов'язкова.

Перспективи подальших досліджень. Травматизм в волейболі та його профілактика.

ЛІТЕРАТУРА

1. Беляев А.В. Волейбол: Учебник для вузов / [А.В. Беляев, А.А. Беляев, Ю.Д. Железняк, Ю.Н. Клещев, В.В. Костюков, и др.]; под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина, - 4-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Беляев А.В. Волейбол теория и методика тренировки / А.В. Беляев, Л.В. Булькина - М.: ТВТ Дивизион, 2011. – 176 с.
3. Беляев А.В. Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование. Методическое пособие / Библиотека тренера. Всесоюзная федерация волейбола. – М.: Человек, 2009 - 56 с.
4. Волейбол высшего уровня // Библиотека тренера. Перевод с французского языка. – М.: Человек, Олимпия, 2007 - 32 с.
5. Guba V.P., Rodin A.V. Voleybol v unversitete. Teoreticheskoe i uchebno-metodicheskoe obespechnie sisteme podgotovki studentov v sportivnom klube [Volleyball at the university. Theoretical and methodological support system of training

students in the sport club], Moscow, 2009, 164p. (rus)

6. Zheleznyak Yu.D., Portnov Yu.M. Sportivnye igry: Tekhnika, taktika, metodika obucheniya: uchebnik dlya studentov vuzov fizicheskoy kul'tury [Sports Games: Technique, tactics, methods of teaching: the textbook for students of physical culture], Moscow, 2006, 520 p. (rus)

7. Zheleznyak Yu.D., Portnov Yu.M. Sportivnye igry: sovershenstvovanie sportivnogo masterstva: uchebnik dlya studentov vuzov fizicheskoy kul'tury [Sporting games: perfection of sporting mastery : textbook for the students of institutions of higher learning of physical culture], Moscow, 2008, 400p. (rus)

8. Timoshenko O.V., Misharovs'kiy R.M. Osnovy teorii ta metodiki vykladania sportyvnykh i rukhovnykh igor: Navchal'nyy posibnyk. [Bases of theory and methodology of teaching of sporting and movable games], Kyiv, 2008 - 258 c. (ukrain)

Толмачева С.Е.

Национальный Технический университет Украины
«Киевский политехнический институт» им. И.И. Сикорского

ПРОФЕССИОНАЛЬНО – ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА УЧАЩИХСЯ ТЕХНИЧЕСКОГО ЛИЦЕЯ С ПРИМЕНЕНИЕМ ТРЕНАЖЕРОВ НАПРАВЛЕННОГО ДЕЙСТВИЯ

Аннотация. Приведены современные подходы к разработке и использованию технологий применения тренажеров направленного действия повышенной заинтересованности для подготовке к профессиональной деятельности в условиях воздействия производственных факторов внешней среды. Приведены данные исследования по оценке различных режимов работы на тренажерах.

Ключевые слова: профессиональная деятельность, тренажер, профессионально – прикладная физическая подготовка, перенос тренированности, физическая подготовка, подобранные упражнения.

Анотація. Наведені сучасні підходи до розробки і використання технологій застосування тренажерів спрямованої дії підвищеної зацікавленості для підготовки до професійної діяльності в умовах впливу виробничих факторів зовнішнього середовища. Наведені дані дослідження за оцінкою різних режимів роботи на тренажерах.

Ключові слова: професійна діяльність, тренажер, професійно - прикладна фізична підготовка, перенесення тренування, фізична підготовка, підібрані вправи.

Annotation. The professional and applied physical preparing at colleges is the one of the main directions of learning process and this preparing is realized during all of learning period.

The further increasing of effectiveness of professional and applied physical preparing is connected not only with improving overall forms of its application in particular lesson form but also with introduction of new forms. These new forms are the organization of independent lessons on applied exercises. The introduction of training means and devices is the important direction of activation of process of physical education at college with a professional direction. However in practice of physical education training means use not enough; without scientific and methodological basis of its applied value as well as without methodologies of introduction into learning process.

Learning and industrial regime and organization of physical education Jit college do not provide biological demand in movements as well as stability of organism to professional and industrial factors.

There are significant reserves of realization of physical and cultural work inside a collective of students; in particular increasing effectiveness of this work with the help of using sport training means and training devices.

Keywords: professional activity, trainer, professional - applied physical training, the transfer of fitness, physical training, selected exercises.

Актуальность. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) в колледжах является одним из основных направлений учебного процесса и осуществляется на протяжении всего периода обучения.

Дальнейшее повышение эффективности ППФП связано не только с совершенствованием общепринятых форм ее применения, в частности урочной формы, но и с внедрением новых, к которым относится организация самостоятельных занятий учащихся прикладными упражнениями (В. А. Кабачков, С. А. Полиевский, 2006; Р. Т. Раевский, С.М. Канишевский, 2010 и др.). Внедрение тренажерных устройств и приспособлений - также важное направление активизации процесса физического воспитания учащихся колледжа с профессиональной направленностью. Однако в практике физического воспитания тренажеры с этой целью используются явно недостаточно, без научного, методического обоснования их прикладной ценности и методик внедрения в учебный процесс.

Учебно-производственный режим и организация физического воспитания учащихся колледжа не обеспечивает биологической потребности в движениях, устойчивости организма учащихся к профессионально-производственным факторам.

Имеются значительные резервы рационализации физкультурно-массовой работы внутри коллектива учащихся, в частности повышение ее эффективности посредством использования спортивных тренажеров и тренировочных устройств [1.2.5.7]

Одним из основных направлений обеспечения массовости физкультурно-спортивных занятий в условиях