

7. Демарчук Е. Л. Комплексная оценка физического развития современных студенток / Е. Л. Демарчук, Н. Л. Пирназарова // Ежегодная конкурс-конференция молодых ученых и студентов «Авиценна 2003». – Новосибирск. – 2003. – С. 130–131.
8. Калмин О. В. Сравнительная оценка антропометрических показателей уровня физического развития молодого населения Пензенского региона / О. В. Калмин, Т. Н. Галкина // Морфологические ведомости. – 2007. – № 3–4. – С. 168–173.
9. Лопатина Л. А. Антропометрическая характеристика девушек по классификации Дж. Таннера / Л. А. Лопатина, Н. П. Сереженко, Ж.А. Анохина // Фундаментальные исследования. – 2013. – № 12–3. – С. 504–508.
10. Лумпова О. М. Антропометрическая и индексная оценки показателей физического развития девушек юношеского возраста Прибайкалья / О. М. Лумпова, М. М. Колокольцев, В. Ю. Лебединский // Сибирский медицинский журнал, 2011. – Т. 104. – №5. – С. 98–101.
11. Негашева М. А. Антропологические аспекты здоровья студенческой молодежи Московского мегаполиса / М. А. Негашева // Тез. докл. Междун. симпозиума «Восток-Беларусь-Запад. Сотрудничество по проблемам формирования и укрепления здоровья» / ред. кол. Герасевич А. Н. [и др.]. – Брест, 2007. – С. 188.
12. Николаев В. Г. Антропологические обследования в клинической практике / В. Г. Николаев, Н. Н. Николаева, Л. В. Синдеева, Л. В. Николаева // Морфологические ведомости. – 2007. – № 1–2. – С. 253–256.
13. Сапожник О. М. Фізичний розвиток студенток вищого навчального закладу / О. М. Сапожник // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2012. – № 4 (20). – С. 330–334.
14. Сравнительная антропометрия и оценка функционального состояния студенток различных групп физической подготовленности / М. Ю. Железнов и др. // Вестник Российского государственного медицинского университета, 2003. – №2. – С. 240–242.
15. Ясько Л. В. Оцінка індексу маси тіла у студентів спеціальної медичної групи в процесі фізичного виховання / Л. В. Ясько // Слобожанський науково-практичний вісник. – 2014. – № 2 (40). – С. 135–138.
16. Ambroży D., Pilch W.: Wpływ 7-miesięcznych ćwiczeń fizycznych wykonywanych podczas aerobiku na poprawę wydolności fizycznej, zmianę masy i składu ciała u młodych kobiet. Med Sportivna Practica. 2007; 8 (1): S. 1–4.
17. Brenner ND., Mcmanus T., Galuska DA., Lowry R., (2003), Wechsler H., Reliability and validity of self-reported height and weight among high school students, Journal Adolesc Health, Vol. 32 (4), pp. 281-287.
18. Czaja R., Gworys B., Czarny W., Nowosad-Sergeant E., Ostrowski P.: Badanie zróżnicowania budowy somatycznej studentów I roku wychowania fizycznego w województwie podkarpackim. Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej UR, 2006; 1. – S. 73–77.
19. Gołąb S., Chrzanowska M. (red.) Podręcznik do ćwiczeń z antropologii. Wyd. III poprawione i uzupełnione. Podręczniki i Skrypty Nr 2, AWF, Kraków. – 2007. – 224 s.
20. Kaźmierczak A., Bolesławska I., Główska A., Dziecioł M., Przysławski J., Ocena wybranych parametrów antropometrycznych wśród młodzieży akademickiej Poznania. Bromat. Chem. Toksykol. – XLV, 2012. – S. 1099–1104.
21. Łaska-Mierzejewska T. Antropologia w sporcie i wychowaniu fizycznym. Biblioteka Trenera, Warszawa, 2009. – 198 s.
22. Szopa J. Wysokosc ciała 16-19-letnich dziewcząt a wielkosc tej cechy rodziców. Kult. Fiz., 2009, 7-8. – S. 10–12.
23. Szymelfejnik J., Jarzabek J., Eksterowicz J., Cichoń R. Parametry antropometryczne studentów a aktywność fizyczna, [w]: Interdyscyplinarny wymiar nauki o zdrowiu, (red.) Z. Bartuzi Z., Wydawnictwo Collegium Medicum w Bydgoszczy, Bydgoszcz, 2007. – S. 424–431.
24. Tatarczuk J., Asienkiewicz R., Wandycz A.: Charakterystyka wybranych cech morfologicznych oraz ich związki korelacyjne ze zdolnościami motorycznymi studentek. Akademska kultura fizyczna na przełomie stuleci; w Zadarko E, Barabasz Z. (red.): Akademska kultura fizyczna na przełomie stuleci. T. 3, Sprawność fizyczna. Rzeszów, Wyd. Uniw. Rzeszowskiego, 2009; – S. 39–60.
25. Fus D., Gworys B.: Próba określenia zmienności procesu wzrastania oraz wieku zakończenia fazy dorastania. Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej UR, 2004. – S. 1–2, 23–36.
26. Zadarko-Domaradzka M., Tlalka E.: Wpływ czynników społeczno-ekonomicznych na zmienność wysokości i masy ciała dzieci. Przegląd Medyczny UR, 2007; 1. – S. 24–29.

УДК 378.147: 016

Вихляев Ю. М.
Національний технічний університет України «КПІ»

ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНЦІЙ СТУДЕНТІВ ВНЗ З ОРГАНІЗАЦІЇ І ПРОВЕДЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

У статті розкриваються компетентності з організації і проведення рухової активності як інтегральної особистісної характеристики, виділяються і характеризуються складові їх змісту: мотиваційний, особистісно-орієнтаційний та діяльнісно-практичний компоненти, виділяються критерії та показники, що дозволяють ідентифікувати окремі види компетентності, які відрізняються один від одного змістом рухової діяльності.

Ключові слова: рухова активність, компетентність, компоненти, мотиваційний, особистісно-орієнтаційний, діяльнісно-практичний, критерії, показники.

Вихляев Ю.Н. Формирование компетенций студентов вузов по организации и проведению двигательной активности. В статье раскрываются компетентности по проведению двигательной активности как интегральной личностной характеристики, выделяются и характеризуются составляющие их содержания: мотивационный, личностно-ориентационный и деятельностно-практический компоненты, выделяются критерии и показатели, позволяющие идентифицировать отдельные виды компетентности, которые отличаются друг от друга содержанием двигательной деятельности.

Ключевые слова: двигательная активность, компетентность, компоненты, мотивационный, личностно-ориентационный, деятельностно-практический, критерии, показатели.

Vykhliayev Yurii, Formation competence of students of universutu on the organization and holding motor activity. The article explores ways to improve physical education in the universities of Ukraine and, in particular, the mastery of the students competencies, knowledge, skills and practical skills of self-study physical activity and exercise. Theoretical analysis and generalization of literature have shown, that all researchers associated competence, ie, knowledge, experience, education, opportunities, values the person with the specific content of its activities and with the qualitative characteristics of its performance. The result of these activities should be the improvement of Health Protection and physical fitness of students. Analiz scientific sources, its own research and experience allowed the author to highlight the competencies that must acquire the students while studying at the university non sports profile: 1) the ability to use different types that form of motor activity to enhance physical fitness, recreation and a healthy way of life that improving human health; 2) the ability to use the acquired knowledge and peculiarities of use of motor activity for the formation of health practice; 3) the ability to independently carry out physical exercises to correct the physical condition, fitness and health. For the practical implementation of selected competencies in the educational process of university students (except for schools sports profile, which requires a broader set of competencies), the author highlighted such components; motivational, learner-orientation, operation and practical, as well as the relevant criteria and indicators, which are reviewed and evaluated the students at four levels - low, sufficient, medium, high. The result of training in the context of competencies should be recognized the knowledge, skills and practical skills of students, namely: 1) knowledge of the laws that features the use of motor activity for the formation of health; 2) the ability and skills to perform specific sets of exercises and motor action in one form or another motor activity (sports); 3) the ability to build sequence of exercises, their scope and intensity; 4) knowledge and skills to determine the amount of physical activity as a separate training lessons, and during the week, the month, and its effect on the human body, depending on the age, condition fitness and health; 5) practical skills to carry out self-control over their own functional state during self-study a certain type of motor activity and in the recovery period. The level of formation represented by the competence of students to the organization of motor activity to determine the optimality of physical education in one or another university.

Key words: physical activity, competence, components, motivational, learner-orientation, operation and practical, criteria, indicators.

Постановка проблеми та її актуальність. Формування компетенцій студентів з організації і проведення рухової активності є запорукою підвищення ефективності фізичного виховання у вищих навчальних закладах України. Компетентнісний підхід дає змогу реалізувати особистісно орієнтовану модель освіти, яка актуалізується в умовах глобалізації, прискорення змін, посилення конкурентності та підвищення мобільності в сучасному суспільстві [3, 5, 10, 11]. Перехід до нової освітньої парадигми компетентнісного підходу, вимагає переосмислення цілей і завдань фізичного виховання як суми компетенцій, що визначають готовність випускника ВНЗ планувати і виконувати рухову активність, що є умовою збереження фізичної підготовленості і здоров'я протягом багатьох наступних років.

На сучасному етапі у вітчизняній освіті відбуваються суттєві зміни, пов'язані із залученням України до загальносвітових процесів суспільно-культурного розвитку. Але, як і всяка інша країна, Україна має свої особливості і відмінності, які не завжди дозволяють копіювати зарубіжний досвід, зокрема це стосується фізичного виховання. Дійсно, у зарубіжних університетах відсутній предмет «Фізичне виховання» і студенти самі на власний розсуд вирішують займатись їм руховою активністю чи ні, при тій умові, що їх чекають після занять десятки інструкторів у прекрасно оснащених залах, що відсутнє у наших ВНЗ, по друге, їх здоров'я має значно кращий рівень ніж у молоді України, по третє, зарубіжні студенти і фахівці на виробництві мають значні бонуси, які спонукають їх до цих занять, але відсоток тих,

що займаються, коливається в межах від 7% до 30%. Наприклад, у спортивному комплексі відомого університету «Сорбона» (Франція) ми знайшли розклад (переважно у вечірні години) 24 груп (секцій), чисельністю від 10 до 20 осіб, тоді як в спортивному комплексі НТУУ «КПІ» тільки у денні години займається біля 250 груп (секцій), що охоплюють майже 9 тисяч студентів 1-2 курсів, які займаються двічі на тиждень, обираючи за власним бажанням різні види рухової активності (спорту). Навіщо ж нам копіювати такий досвід, коли ми можемо імплементувати фізичне виховання у навчальний процес наших ВНЗ, обравши більш досконалі форми організації навчального процесу з фізичного виховання, і, у тому числі, задіяти компетентнісний підхід до надання неформальної фізкультурної освіти.

Аналіз наукових праць, присвячених проблемі. Аналіз зарубіжних і вітчизняних наукових джерел із модернізації освіти дав змогу виділити актуальні напрями: виокремлення тенденцій розвитку освіти, розроблення різноманітних моделей змісту й організації освіти, формування професійної компетентності, удосконалення технологій навчання, оптимізація методів і прийомів професійної підготовки майбутніх фахівців [4, 5, 12, 13, 17, 18 тощо], Розробці питань з формування компетенцій, зокрема у фізичному вихованні, присвячено багато досліджень [1, 2, 6, 7, тощо], але вони по різному трактують фізкультурні компетенції, так як розглядають компетентності як формальної фізкультурної освіти, так і неформальної, що вносить плутанину. Ми вважаємо необхідним звузити цей розгляд і досліджувати лише компетентності з організації і проведення рухової активності, що необхідні студентам більшості ВНЗ (у ВНЗ фізкультурного профілю вони інші).

Мета статті. Метою нашого дослідження є визначення компетентностей, їх компонент, критеріїв і показників, що складають результат неформальної фізкультурної освіти, яка надається в межах навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у вищих начальних закладах не фізкультурного профілю.

Виклад основного матеріалу. Теоретичний аналіз і узагальнення спеціальної літератури доводять, що всі дослідники [4, 5, 8, 9, 10 тощо] пов'язують компетентність з властивостями людини, що характеризують його як суб'єкта діяльності (знання, досвід, обізнаність, можливості, ціннісні орієнтації); з конкретним предметним змістом діяльності; з якісною характеристикою результату діяльності, що відображає співвідношення властивостей людини як суб'єкта діяльності з її успішністю. В. В. Погодін [6], вважає, що компетентність у фізичній культурі визначається здібністю і бажанням здійснювати фізкультурну діяльність на основі засвоєних знань, умінь та навичок з обов'язковим одержанням результату. Склад компетентності містить когнітивний, мотиваційно-ціннісний і емоційно-вольовий компоненти. Автор вважає основними критеріями розвитку мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-практичний. М. І. Кабишева [2] виокремлює у складі фізкультурної компетентності студентів мотивацію, знання, уміння і досвід фізкультурної діяльності, а також досвід емоційно-ціннісних відношень. Для діагностики фізкультурної компетентності пропонується проводити комплексну оцінку теоретичних знань, методичних навичок, рухових умінь та рухової активності. С. Р. Гілазієва [1] виокремлює у структурі фізкультурно-спортивної компетентності аксіологічний, освітній, психічний і фізичний компоненти. На думку Є. І. Смирнової [7] компетенції студентів до фізкультурної діяльності складаються з чотирьох компонентів: мотиваційно-ціннісний, когнітивний, операційно-діяльнісний, оціночно-рефлексивний. Тобто, дослідники по різному трактують комплекс властивостей, що відносяться до компетенції, тоді як у відповідності до *системного* підходу, на наш погляд, компетентність необхідно розглядати як системно організовану характеристику людини, що містить мотиваційний, особистісно-орієнтаційний та діяльнісно-практичний компонент. Кожен з цих компонент функціонує тільки в умовах взаємодії з іншими, та виконує своє специфічне завдання. Взаємодіючи між собою в межах цілісної функціональної системи, вони забезпечують високий рівень компетентності з організації і проведення рухової активності.

Аналіз наукових джерел, власні дослідження та досвід дозволили виділити компетенції, які повинні надбати студенти під час навчання у ВНЗ не фізкультурного профілю: 1). Здатність використовувати різні види та форми рухової активності для підвищення фізичної підготовленості, активного відпочинку, ведення здорового способу життя та покращення здоров'я людини; 2). Здатність до застосування надбаних знань щодо закономірностей та особливостей використання рухової активності для формування здоров'я на практиці; 3). Здатність самостійно виконувати фізичні навантаження з метою корекції фізичного стану, підготовленості та здоров'я. Для практичного втілення виділених компетенцій у навчальний процес студентів ВНЗ (окрім вузів фізкультурного профілю, де необхідний більш широкий склад компетенцій), ми розробили відповідні компоненти, критерії та показники, що представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Компоненти, критерії та показники оцінювання компетентностей щодо рухової активності студентів ВНЗ не фізкультурного профілю

Компоненти	Критерії	Показники
Мотиваційний компонент	Позитивне ставлення до рухової активності	Рівень інтересу до рухової активності
	Розуміння необхідності самостійних занять руховою активністю для збереження здоров'я	Ступінь усвідомлення ролі самостійних занять для збереження здоров'я
Особистісно орієнтаційний	Знання закономірностей та особливостей використання рухової активності для формування власного здоров'я	Рівень сформованості обізнаності про особливості виконання рухової активності

компонент	Знання та уміння визначити величину навантаження як окремого заняття, так і протягом тижня, місяця, та його вплив на організм людини в залежності від віку, стану фізичної підготовленості та здоров'я	Рівень сформованості якості умінь з планування та проведення занять руховою активністю
Діяльнісно-практичний компонент	Здатність до самоорганізації та практичного втілення денної рухової активності	Рівень сформованості практичних навичок самокерування руховою активністю
	Уміння оцінювати власний рівень фізичної підготовленості та здоров'я	Рівень сформованості умінь оцінювати власний рівень підготовленості та здоров'я
	Вміння побудувати самостійне заняття, розподілити в ньому черговість вправ, їх обсяг та інтенсивність	Рівень сформованості умінь оцінювати відповідність обраних засобів завданням, що виникають у процесі занять руховою активністю
	Практичні навички виконувати самоконтроль за власним функціональним станом під час проведення самостійних занять певним видом рухової активності (спорту), та у відновлювальний період	Рівень сформованості практичних навичок виконання самоконтролю за власним функціональним станом під час проведення самостійних занять та у відновлювальний період

Відповідно до визначених компонентів та критеріїв проведено дискретне розбиття показників на чотири складові відповідно до визначених рівнів.

Першим показником **мотиваційного компоненту** є *рівень сформованості обізнаності про особливості використання рухової активності* для формування власного здоров'я, який можна диференціювати за чотирма рівнями:

Низький рівень – студент не виявляє особливої зацікавленості у питаннях про закономірності використання рухової активності для формування власного здоров'я, інформацію, що отримує на заняттях, вважає достатньою для власного професійного зростання.

Достатній рівень – студент у межах лекційного курсу та практичних занять з фізичного виховання, виконує додаткові завдання, що запропоновані викладачем для підвищення рівня обізнаності закономірностей рухової активності.

Середній рівень – студент бере участь у різноманітних заходах педагогічного спрямування та змаганнях, є членом факультетських збірних команд, де виконує вказівки керівника з підвищення власного рівня обізнаності закономірностей рухової активності.

Високий рівень – студент самостійно визначає актуальні питання підвищення власної рухової активності та технічної майстерності і здійснює пошук оптимальних шляхів її розвитку, бере участь у різноманітних змаганнях, захищає честь як факультету, так і університету.

Другим показником є *рівень сформованості умінь з планування та проведення занять руховою активністю*:

Низький рівень – нейтральне (або навіть негативне) ставлення до організації рухової активності; *достатній рівень* – студент приймає організацію рухової активності, як один з аспектів підтримки власного здоров'я; *середній рівень* – студент бере участь у різноманітних заходах фізкультурного спрямування, виконує вказівки викладача з підвищення власного рівня функціональної підготовки; *високий рівень* – студент самостійно визначає актуальні питання підвищення власної обізнаності та якості умінь з планування та проведення занять руховою активністю та здійснює пошук оптимальних шляхів її розвитку.

Другий компонент визначений як **особистісно-орієнтаційний** і оцінюється показниками, що також мають чотирирівневу структуру.

Рівень сформованості обізнаності про особливості використання рухової активності для формування власного здоров'я: низький рівень – студент лише відтворює інформацію про мету та завдання до організації рухової активності; *достатній рівень* – студент володіє базовими поняттями щодо особливостей та умов діяльності з організації рухової активності; *середній рівень* – студент володіє базовими поняттями вимог до організації рухової активності, орієнтується у вимогах до рівня підготовки людини з вищою освітою з організації рухової активності; *високий рівень* – студент чітко уявляє специфіку діяльності людини з вищою освітою – майбутнього керівника тієї чи іншої ділянки виробництва до організації як власної рухової активності так і своїх підлеглих.

Наступним показником **особистісно-орієнтаційного** компоненту є *рівень сформованості якості умінь з планування та проведення занять руховою активністю: низький рівень* – студент має епізодичні знання та окремі вміння з планування та проведення занять руховою активністю; *достатній рівень* – студент володіє стандартними прийомами планування та проведення занять руховою активністю; *середній рівень* – студент має уміння визначити величину навантаження як окремого заняття, так і протягом тижня, місяця, та його впливу на організм людини в залежності від віку, стану фізичної підготовленості та здоров'я, при плануванні та проведенні враховує власні індивідуальні особливості; *високий рівень* – студент має якісні знання та уміння визначити величину навантаження як окремого заняття, так і протягом тижня, місяця, та його впливу на організм людини в залежності від віку, стану фізичної підготовленості та здоров'я на основі пошуку нових для нього методичних прийомів із застосуванням нових знань і умінь.

Третя група показників оцінювання фізкультурних компетентностей об'єднана у межах **діяльнісно-практичного**

компоненту, першим з яких є *рівень сформованості практичних навичок самокерування руховою активністю*: *низький рівень* – під час виконання індивідуальних завдань самокерування руховою активністю студент суворо дотримується завчених прийомів без врахування власних індивідуальних особливостей; *достатній рівень* – студент під час виконання індивідуальних завдань самокерування руховою активністю дотримується розробленого плану діяльності, підсилюючи увагу на певних індивідуальних особливостях з метою підвищення ефективності рухової активності, що виконується; *середній рівень* – студент при виконанні індивідуальних завдань з організації рухової активності актуалізує окремі заплановані аспекти власної діяльності чи відмовляється від їх виконання з урахуванням досягнення оптимальної мети оздоровчого заходу; *високий рівень* – студент при виконанні індивідуальних завдань з організації рухової активності із запланованих заходів обирає ті, що у даних умовах дадуть оптимальний результат, і відмовляється від використання тих запланованих заходів, що з урахуванням індивідуального функціонального стану стали малоефективними.

Другим показником **діяльнісно-практичного компоненту** є *рівень сформованості умінь оцінювати власний рівень фізичної підготовленості та здоров'я*: *низький рівень* – умінь оцінювати власний рівень фізичної підготовленості та здоров'я здійснюється студентом спонтанно, виходячи з урахування лише окремих обставин, що виникають під час діяльності; *достатній рівень* – студент здійснює оцінку власного рівня фізичної підготовленості і здоров'я та суворо дотримується завчених прийомів, у разі необхідності здійснює певне коригування з урахуванням виникнення нових обставин з метою наближення до встановленого алгоритму оцінювання; *середній рівень* – студент грамотно здійснює оцінку фізичної підготовленості, вносить необхідні корективи під час виконання алгоритму оцінювання, по завершенню проводить аналіз виконаної роботи та визначається з оптимальними шляхами їх рішення на майбутнє; *високий рівень* – студент розробляє оптимальний алгоритм оцінювання, передбачає досягнення декількох варіантів оцінювання у залежності від одержання неоднозначних показників функціонального стану, вносить необхідні корективи під час процедури тестування, по завершенню роботи здійснює пошук оптимального алгоритму оцінювання на майбутнє.

Третім показником **діяльнісно-практичного компоненту** є *рівень сформованості умінь оцінювати відповідність обраних засобів завданням, що виникають у процесі занять руховою активністю*: *низький рівень* – умінь побудувати самостійне заняття, розподілити в ньому черговість вправ, їх обсяг та інтенсивність здійснюється студентом спонтанно, виходячи з урахування лише окремих обставин, що виникають під час діяльності; *достатній рівень* – студент складає план самостійне заняття та суворо дотримується завчених правил, у разі необхідності здійснює певне коригування з урахуванням виникнення нових обставин з метою наближення до оптимальної реакції власного організму на виконанні навантаження; *середній рівень* – студент грамотно здійснює планування самостійного заняття, вносить необхідні корективи під час його виконання, по завершенню проводить аналіз виконаних навантажень та визначається з оптимальними шляхами їх виконання на майбутнє; *високий рівень* – студент розробляє оптимальний план заняття, грамотно передбачає черговість вправ, їх обсяг та інтенсивність, а також декількох варіантів змін у залежності від одержання неоднозначних показників самоконтролю, вносить необхідні корективи під час виконання заняття, по завершенню роботи здійснює пошук оптимальних навантажень на майбутнє.

Четвертим показником **діяльнісно-практичного компоненту** є *рівень сформованості практичних навичок виконання самоконтролю за власним функціональним станом під час виконання самостійних занять та у відновлювальний період*: *низький рівень* – недооцінка або навіть негативне ставлення до необхідності проведення самоконтролю; *достатній рівень* – студент приймає необхідність проведення самоконтролю, як один з аспектів підтримки власного здоров'я; *середній рівень* – студент регулярно виконує прийоми самоконтролю, виконує вказівки викладача з урахування результатів самоконтролю для подальшого виконання або планування різновидів фізичних навантажень; *високий рівень* – студент самостійно знаходить і засвоює актуальні прийоми самоконтролю, правила корекції виконання та планування подальших навантажень, що підвищує якість проведення занять руховою активністю, та здійснює оптимальний пошук шляхів їх вдосконалення.

З метою визначення рівня сформованості вищезазначених компетенцій студента до організації рухової активності необхідно провести вимірювання кожного з визначених показників та отримані результати об'єднати у єдиний коефіцієнт, на основі якого можна здійснювати порівняльний аналіз.

ВИСНОВКИ. 1. Аналіз наукових джерел, власні дослідження та досвід дозволили виділити такі компетенції з організації та проведення рухової активності, які повинні надбати студенти під час навчання у ВНЗ не фізкультурного профілю: а) Здатність використовувати різні види та форми рухової активності для підвищення фізичної підготовленості, активного відпочинку, ведення здорового способу життя та покращення здоров'я людини; б) Здатність до застосування надбаних знань щодо закономірностей та особливостей використання рухової активності для формування здоров'я на практиці; в) Здатність самостійно виконувати фізичні навантаження з метою корекції фізичного стану, підготовленості та здоров'я. 2. Результатами навчання з урахуванням представлених компетенцій мають бути визнані знання, умінь та практичні навички студентів, а саме: а) знання закономірностей та особливостей використання рухової активності для формування здоров'я; б) умінь та практичні навички виконувати певні комплекси вправ та рухових дій у тому чи іншому виді рухової активності (спорту); в) умінь побудувати самостійне заняття, розподілити в ньому черговість вправ, їх обсяг

та інтенсивність; г). знання та уміння визначити величину навантаження як окремого заняття, так і протягом тижня, місяця, та його вплив на організм людини в залежності від віку, стану фізичної підготовленості та здоров'я; д) практичні навички виконувати самоконтроль за власним функціональним станом під час виконання самостійних занять певним видом рухової активності (спорту) та у відновлювальний період; 3. Рівень сформованості вищезазначених компетенцій студента до організації рухової активності дозволить визначити оптимальність проведення фізичного виховання у тому чи іншому навчальному закладі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гилязиева С. Р. Формирование физкультурно-спортивной компетентности будущих менеджеров : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С. Р. Гилязиева. – Челябинск, 2004. – 22 с.
2. Кабышева М. И. Повышение предметной компетентности (На материале физической культуры студентов технического вуза) : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 : / М. И. Кабышева. – Калининград, 2000. – 18 с.
3. Кремень В. Г. Філософія національної ідеї. Людина. Освіта. Соціум / В. Г. Кремень– К. : Грамота, 2007. – 576 с.
4. Луговий В. І. Компетентності та компетенції: поняттєво-термінологічний дискурс / В. І. Луговий // Вища освіта України : теорет. та наук.-метод. часоп. № 3. (Дод.1) / Ін-т вищої освіти АПН України ; [голов. ред. Віктор Андрущенко ; редкол.: Віль Бакіров, Іван Вакарчук, Володимир Луговий та ін.]. – К., 2009. – [Тем. вип.] : Педагогіка вищої школи: методологія, теорія, технології. – С. 8–14.
5. Луговий В. І. Освіта, навчання, інформація, компетентність: канонізація понять (теоретико-методологічний дискурс) / В. І. Луговий // Модернізація вищої освіти в Україні і світі: десять років наукового пошуку : кол. моногр. : десятиріччя Ін-ту вищої освіти АПН України присвячується / за заг. ред. В. П. Андрущенка, В. І. Лугового, М. Ф. Степка. – Х., 2009. – С. 178–210.
6. Погодин В. В. Дидактические условия формирования компетентности в области физической культуры учащихся профессиональных училищ : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / В. В. Погодин. – Ульяновск, 2007. – 20 с.
7. Смирнова Е. И. Развитие общекультурных компетенций студентов педагогического вуза в физкультурной деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Е. И. Смирнова. – Омск, 2012. – 24 с.
8. Татур Ю. Г. Компетентность в структуре модели качества подготовки специалиста / Ю. Г. Татур // Высшее образование сегодня. – 2004. – № 3. – С. 20–26.
9. Хуторской А. В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированного образования / А. В. Хуторской // Народное образование. – 2003. - № 2. – С. 58–64.
10. Шадриков В. Д. Новая модель специалиста: инновационная подготовка и компетентностный подход / В. Д. Шадриков // Высшее образование сегодня. – 2004. – № 8. – С. 26–31.
11. Belykh S.I. Structure of the concept of personality oriented physical education university students. *Physical education of students*, 2013, vol.3, pp. 3-9. doi:10.6084/m9.figshare.669663.
12. Bennet B.L. Comparative Physical Education and Sport. / B.L. Bennet. M.L Howel., U. Simri – Philadelphia: Lea and Febiger, 1983. P. 17-19.
13. Buultjens M., Robinson P. Enhancing aspects of the higher education student experience // *Journal of Higher Education Policy and Management*, 2011. – vol. 33(4). – pp. 337-346. – doi: 10.1080/13 60080X.2011.585708.
14. Delaine D. A., Seif-Naraghi S. B., Al-Haque S., Wojewoda N., Meninato Y., DeBoer J. Student involvement as a vehicle for empowerment: a case study of the student platform for engineering education development // *European Journal of Engineering Education*, 2010, - vol.35(4). – pp. 367-378. – doi: 10.1080/03043797.2010.48327.
15. Palou H. Study of the Sports Habits Island University Students / H. Palou, X. Ponsetti., P. Borrás. - // *The Conference on the Study of University Sport. Palma de Mallorca (Spain), July 7-9, 1999. P. 108-109.*
16. Palou H. Differential aspects of sports practice among Majorcan youngsters / H. Palou, X. Ponsetti, X Bergas. // *The Conference on the Study of University Sport. Palma de Mallorca (Spain), July 7-9, 1999. P. 117.*
17. The Bologna Process 2020 – The European Higher Education Area in the new decade. Communiqué of the Conference of European Ministers Responsible for Higher Education. Leuven and Louvain-la-Neuve, 28-29 April 2009 [Electronic resource]. – URL: <http://www.bologna2009benelux.org>.
18. Turning Education Structures in Europe [Electronic resource]. – URL: <http://tuning.unideusto.org>.

УДК 372 878:373.5

Вільчковська А.Е.

Університет Яна Кохановського, філія в м. Петрков-Трибунальський, Польща

ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ МУЗИКОТЕРАПІЇ У ПРОФІЛАКТИЦІ ТА ЛІКУВАННІ ЗАХВОРЮВАНЬ У ДІТЕЙ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

На підставі аналізу вітчизняної та іноземної літератури встановлено становлення та подальший розвиток музикотерапії, як ефективного засобу профілактики та захворювань у дітей та учнівської молоді. Розкрито основні завдання та функції музикотерапії. Доведено, що елементи музикотерапії у поєднанні з фізичними вправами можуть бути застосовані на уроках фізичної культури та позакласних заняттях у секціях загально фізичної підготовки, групах коригуючи гімнастики, а також у самостійних рекреаційних заняттях учнів.