

– Переяслав-Хмельницький, 2017. – Вип. 2(22), Т.4. – С.64-67.

7. Лобачев В. В. Педагогические условия формирования готовности будущих педагогов физической культуры к профессиональной деятельности : дис. канд. пед. наук: 13.00.01, 13.00.08 / В. В. Лобачев. – Воронеж, 2007. – 193 с.

8. Мойсеюк Н.Є. Педагогіка. Навч. посібник. 3-є видання, доповнене. /Н.Є.Мойсеюк. – К., 2001. – 608 с.

9. Петунин О. В. Формирование профессионального мастерства учителя физкультуры : учеб. пособ. для студ. пед. ин-тов по спец № 2114 «Физ. воспитание» / О. В. Петунин. –М. : Просвещение, 1980. –112 с.

10. Учебная практика как один из важнейших компонентов общей системы профессиональной подготовки будущих специалистов физической культуры и спорта. [Электронный ресурс]/ Ионов А.А.// Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2009. – №1 – Режим доступа.: <http://www.kamgifik.ru/magazin>

References

1. Antonenko O. (2006) Formuvannya hotovnosti maibutnikh uchyteliv fizychnoho vykhovannya do roboty v suchasni zahalnoosvitnii shkoli /O.V.Antonenko //Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. 2006. №10. S.79-81.

2. Vozniuk T.V. (2010) Vyrobnycha (pozashkilna) praktyka studentiv instytutiv ta fakultetiv fizychnoho vykhovannya i sportu / T.V. Vozniuk Vinnytsia: Planer, 2010. 156 s.

3. Vorobiov M.I. (2006) Praktyka v systemi fizkulturnoi osvity / M.I. Vorobiov, T.Iu. Krutsevych. K.: Olimpiiska literatura, 2006 r. 192 s.

4. Didyk T.M. (2009) Teoretychni osnovy formuvannya dydaktychnykh umin v protsesi pedahohichnoi praktyky u studentiv instytutu fizychnoho vykhovannya i sportu / T.M. Didyk // Zb. nauk. prats «Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii». Vyp. 8. Tom 1. Vinnytsia: VDP, 2009. S. 129-134.

5. Durai-Novakova K.M. (1983) Formyrovanye professyonalnoi hotovnosti studentov k pedahohycheskoi deiatelnosti: avtoref. dyss....d-ra ped.nauk /K.M.Durai-Novakova. M., 1983. 32 s.

6. Diachenko A.A.(2017) Hotovnist studentiv fakultetu fizychnoho vykhovannya i sportu do pedahohichnoi diialnosti / A.Diachenko, V.Kostiukevych //Zb. naukovykh prats KhKhI Mizhnarodnoi naukovoi konferentsii «Aktualni naukovi doslidzhennia v suchasnomu sviti». Pereiaslav-Khmelnytskyi, 2017. Vyp. 2(22), T.4. S.64-67.

7. Lobachev V. V. (2007) Pedahohycheskye uslovyia formyrovanyia hotovnosti budushchykh pedahohov fizycheskoi kultury k professyonalnoi deiatelnosti : dys. ...kand. ped. nauk: 13.00.01, 13.00.08 / V. V. Lobachev. Voronezh, 2007.193 s.

8. Moiseiuk N.I.(2001) Pedagogika. Navch. posibnyk. 3-ye vydannia, dopovnene. /N.Ie.Moiseiuk. K., 2001. 608 s.

9. Petunyn O. V. (1980) Formyrovanye professyonalnoho masterstva uchytelia fyzkultury : ucheb. posob. dlia stud. ped. yn-tov po spets № 2114 «Fyz. vospytanye» / O. V. Petunyn. M. : Prosveshchenye, 1980. 112 s.

10. Uchebnaia praktyka kak odyn yz vazhneishykh komponentov obshchei systemy professyonalnoi podgotovky budushchykh spetsyalystov fizycheskoi kultury y sporta. (2009) [Elektronnyi resurs]/ Yonov A.A.// Pedahohyko-psykholohycheskye y medyko-byolohycheskye problemy fizycheskoi kultury y sporta. 2009. №1 Rezhym dostupa.: <http://www.kamgifik.ru/magazin>

Семенів Б.С.,

кандидат педагогічних наук, доцент

Львівський національний університет ветеринарної медицини

та біотехнологій імені С.З.Гжицького

Якимішин І.Д., Ковбан О.Л., Стахів М.М.,

старший викладач

Львівський національний університет ветеринарної медицини

та біотехнологій імені С.З.Гжицького

Матіішин І.В.

кандидат психологічних наук, доцент

Дрогобицький державний педагогічний університет імені І.Франка

ВЛИВ ГІМНАСТИЧНИХ КОМПЛЕКСІВ ВПРАВ РІЗНОЇ МОДАЛЬНОСТІ НА ОРГАНІЗМ СТУДЕНТОК ФАКУЛЬТЕТУ ВЕТЕРИНАРНОЇ МЕДИЦИНИ

Аналіз теорії та практики фізичного виховання та профільної фізичної підготовки у закладах вищої освіти України показує, що засоби фізичної культури і спорту розглядаються з точки зору підвищення індивідуального рівня фізичної підготовленості та фізичного розвитку студентів у процесі фізичного виховання.

Аеробна гімнастика включає в себе комплекс дозованих фізичних вправ, які виконуються з різною величиною фізичного навантаження та швидкістю виконання рухів. При виконанні комплексів гімнастичних вправ та тренувальних режимів, створюється піднесений психоемоційний стан людини завдяки присутності музичного супроводу на занятті. Це дозволяє пришвидшити процеси метаболізму, засвоєння кисню в організмі, активізувати роботу центральної нервової системи. Все це сприяє ефективному відновленню психофізіологічних ресурсів організму, швидкій утилізації психологічної втоми, підвищенню загальної та професійної працездатності людини. Раціонально організовані заняття з елементами профільної фізичної підготовки студентів здатні забезпечити не лише високий рівень їх фізичного розвитку та фізичної підготовленості, а й суттєво вплинути на розвиток та вдосконалення їхньої психофізіологічної природи, від рівня розвитку якої залежить готовність до виконання професійних обов'язків майбутніх лікарів

ветеринарної медицини.

Ключові слова: фізична підготовка, студентки, заняття, педагогічний експеримент, фізичне виховання, гімнастичні комплекси, режими.

Сэмэнив Б.С., Якымышин И.Д., Ковбан А.Л., Стахив М.М., Матишин И.В. Влияние гимнастических комплексов упражнений разной модальности на организм студенток факультета ветеринарной медицины

Анализ теории и практики физического воспитания и профильной физической подготовки в учреждениях высшего образования Украины показывает, что средства физической культуры и спорта рассматриваются с точки зрения повышения индивидуального уровня физической подготовленности и физического развития студентов в процессе физического воспитания.

Аэробная гимнастика включает в себя комплекс дозированных физических упражнений, которые выполняются с различной величиной физической нагрузки и скорости выполнения движений. При выполнении комплексов гимнастических упражнений и тренировочных режимов, создается возвышенное психоэмоциональное состояние человека благодаря присутствию музыкального сопровождения на занятии. Это позволяет ускорить процессы метаболизма, усвоения кислорода в организме, активизировать работу центральной нервной системы. Все это способствует эффективному восстановлению психофизиологических ресурсов организма, быстрой утилизации психологической усталости, повышению общей и профессиональной трудоспособности человека. Рационально организованные занятия с элементами профильной физической подготовки студентов способны обеспечить не только высокий уровень их физического развития и физической подготовленности, но и существенно повлиять на развитие и совершенствование их психофизиологической природы, от уровня развития которой зависит готовность к выполнению профессиональных обязанностей будущих врачей ветеринарной медицины.

Ключевые слова: физическая подготовка, студентки, занятия, педагогический эксперимент, физическое воспитание, гимнастические комплексы, режими.

Semeniv B.S, Yakimishin I.D, Kovban O.L., Stakhiv M.M., Matiishin I.V. Influence of gymnastic complexes of radiates of different modality on the organism of students of the faculty of veterinary medicine Analysis of the theory and practice of physical education and profile physical training in institutions of higher education of Ukraine shows that the means of physical culture and sports are considered in terms of increasing the individual level of physical fitness and physical development of students in the process of physical education.

Aerobic gymnastics includes a set of dosed physical exercises that are performed with varying amounts of physical activity and speed of execution of movements. When performing complexes of gymnastic exercises and training regimes, the elevated psychoemotional state of a person is created due to the presence of musical accompaniment at the lesson. This allows you to accelerate the processes of metabolism, assimilation of oxygen in the body, activate the work of the central nervous system. All this contributes to the effective restoration of the psychophysiological resources of the body, the rapid utilization of psychological fatigue, improving the general and professional ability of a person. Rationally organized classes with the elements of profile physical training of students can provide not only a high level of their physical development and physical preparedness, but also significantly affect the development and improvement of their psychophysiological nature, the level of development of which depends on the readiness for the professional duties of future veterinarians doctors.

Key words: physical training, students, classes, pedagogical experiment, physical education, gymnastics complexes, regimes.

Постановка проблеми. Оптимальним засобом тренування аеробної функції у жінок є ритмічна гімнастика, яка включає в себе широкий спектр рухів з основної і художньої гімнастики, акробатики і різних видів танців. Регулярні заняття ритмічною гімнастикою не тільки підвищують аеробну продуктивність, а й зміцнюють м'язи всього опорно-рухового апарату, формують гарну поставу, виробляють пластичність рухів і грацію. Аеробна гімнастика стає ефективною тоді, коли рухи виконуються досить інтенсивно та вправно, без перерви, протягом 25-60 хв.

Однією із найважливіших постановок для профільної фізичної підготовки є підбір адекватних засобів фізичної культури та спорту, який найкраще вирішує завдання з адаптації студента до майбутньої професійної діяльності з метою забезпечення людині, необхідного міцного здоров'я, високого рівня окремих рухових навичок, найповнішої відповідності її фізичних і психологічних якостей характеру вибраного виду майбутньої професійної діяльності [8, 9].

Науковцями з фізичної культури та спортивної фізіології сформовані завдання профільної фізичної підготовки, одним із яких є покращення психологічної стійкості та психофізіологічного стану до майбутньої професійної діяльності, змісту і характеру праці, а саме: велика моральна та матеріальна відповідальність процесу трудової діяльності в сучасних умовах науково – технічного прогресу, монотонність праці, настання втоми як фізичної так і психологічної та ін. [2, 5, 6].

У результаті систематичних занять аеробною гімнастикою вдосконалюється функція дихальної системи організму людини, зростає сила та міцність дихальних м'язів, також збільшується життєва ємність легень і їх максимальна вентиляція [3, 7].

Таким чином встановлено, що зі збільшенням інтенсивності аеробної рухової активності зростає вплив на аеробну працездатність, але в межах оптимальної інтенсивності та регламентованого дозування фізичного навантаження. Якщо оптимальний режим регламентованого фізичного навантаження перевищується, то припиняється і позитивний вплив тренувального заняття на організм людини [5, 10].

Крім того, заняття аеробною гімнастикою допомагають розвивати самодостатність, впевненість у власних силах,

вміння приймати рішення. А такий момент як професійна діяльність в колективі, пристосування до ситуації, яка швидко змінюється, та вміння опанувати та вдосконалювати нові вміння та навички є необхідною умовою в будь-якій професійній діяльності [8].

Перевага цієї форми масових занять полягає в нерегламентованому підборі рухів і високій груповій емоційності. В результаті, у жінок формується мотивація до систематичних занять. Разом з тим, груповий характер цих занять не дозволяє дозувати індивідуальне навантаження. Цей недолік подоланий у новій формі ритмічної гімнастики – степ-гімнастиці, пов'язаній з виконанням крокових рухів на підвищену опору з музичним супроводом [12]. Отож розробка комплексних соціально-біологічних характеристик, професіограм праці і спортивної діяльності - найкоротший шлях до вирішення завдань профільної фізичної підготовки. Грунтуючись лише на результатах фізіолога – гігієнічного аналізу трудових процесів і фізичних вправ та їх взаємодії, можна достовірно прогнозувати вплив конкретних видів фізичних вправ на конкретну професійну діяльність.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми. У сучасних науково-методичних розробках з фізичного виховання для закладів вищої освіти України, розроблених різними авторами, підкреслюється необхідність включення до них і навчання вправам схожих за своєю структурою та м'язовими напруженнями до професійних. Тобто процес фізичного виховання студентської молоді повинен мати профілюючий характер. [1, 2]

Науковцями з фізичного виховання (Ж.Г. Дьоміна В.А. Романенко, Р.Т. Раєвський, С.І. Присяжнюк, Б.С. Семенів, Г.Г. Лапшина) розроблені та обґрунтовані основні характеристики різних груп професійної діяльності та вимоги до психофізичних якостей робітників, які забезпечують ефективну професійну діяльність разом із основними завданнями робочих програм з профільної фізичної підготовки для підготовки професій: операторів, машиністів, водіїв, монтажників-наладчиків, станочників, текстильників, конвеєрників, професій із підвищеною точністю робочих рухів, будівельників, працівників вугледобувної та гірничорудної промисловості, целюлозно-паперового виробництва, металургії, водного транспорту, технологів харчової промисловості. Романенко В.А., Раєвський Р.Т., встановили, що у студентів експериментальних груп, котрі займалися за спеціально розробленою програмою, до кінця експерименту спостерігалось значне зменшення перерв та пауз під час виконання виробничих операцій, ніж у студентів контрольних груп, які займаються фізичним вихованням за традиційною методикою. Залікові вимоги з виробничої діяльності з кращою оцінкою якості виконувались студентами експериментальних груп, у експериментальних групах менше випадків виробничого травматизму чим у контрольних. Пошук шляхів підвищення ефективності формування психофізіологічних здібностей є пріоритетним напрямком у системі фізичного виховання. Така увага обумовлена тим, що фізична підготовка є однією з форм підготовки студентів до майбутньої трудової діяльності [2, 3, 6, 10].

Криворучко П.П. та Хміляр О.Ф., вважають, що найвагоміший є вплив засобів фізичної підготовки на розвиток якостей вольової сфери особового складу військовослужбовців, підвищення емоційної та психологічної стійкості [6].

Науковці з фізичного виховання Гусак О.Д., Романчук С.В. доводять про тісний зв'язок вольових якостей з емоціями, що водночас із вихованням вольових якостей відбувається підвищення здатності воїнів керувати своїми емоціями та протистояти їм [6]. Шандригось В.І. доводить роль та місце застосування засобів оздоровчої аеробіки в процесі підготовки майбутнього фахівця з фізичної реабілітації. Психофізіологічні механізми координації та побудови рухів відіграють надзвичайно важливу роль у професійному навчанні студентів. Ефективність застосування засобів атлетичної гімнастики для розвитку силових якостей на заняттях з фізичного виховання студентів доводять науковці з фізичного виховання та спорту Мозолюк О.В. та Шандригось В.І.

Як стверджує Ж.Г. Дьоміна спеціально підібрані засоби фізичної культури і спорту для майбутніх викладачів музики позитивно впливають на розвиток уяви, допомагають відтворювати образи рухових дій та полегшує їх засвоєння. Сприйняття руху відображає у свідомості образи фізичних вправ та окремих положень частин тіла та їх зміни в часі й просторі. Синтез зорових, рухових, вестибулярних, слухових і тактильних відчуттів дозволяє студентів визначити форму, амплітуду, напрям, тривалість, прискорення й характер рухів. Науковцями з фізичного виховання Бабич А.М., Голубева О.Т., Приставський Т.Г., встановлено, що у студентів експериментальних груп, котрі займалися за спеціально розробленою програмою, до кінця експерименту спостерігалось значне зменшення перерв та пауз під час виконання виробничих операцій під час проходження виробничої практики, ніж у студентів контрольних груп, які займаються фізичним вихованням за традиційною методикою [4, 7]. В результаті аналізу науково-методичної та нормативно-правової літератури з окресленого питання, можна зробити певний висновок, що питання вивчення реакції організму студенток факультетів ветеринарної медицини на фізичні навантаження різної модальності, на сьогоднішній день недостатньо вивчений та потребує особливої уваги науковців.

Мета дослідження. Встановити експериментальним шляхом, оптимальний тренувальний режим гімнастичних комплексів фізичних вправ для майбутніх фахівців ветеринарної медицини.

Постановка завдань дослідження.

1. Визначити тренувальні комплекси гімнастичних вправ для зняття психоемоційного навантаження в результаті професійної діяльності студенток

2. Визначити тренувальні комплекси гімнастичних вправ котрі підвищують спеціальну працездатність та готовність студенток факультету ветеринарної медицини до навчального процесу, покращують психофізіологічні показники організму.

Методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури.
2. Медико - біологічні методи дослідження.
3. Методика визначення психологічного статусу студентів.
4. Педагогічні методи дослідження.

5. Математична обробка результатів дослідження.

Організація дослідження. Дослідження проводились на базі Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького. У дослідженні брали участь 40 студенток факультету ветеринарної медицини, які були розділені на чотири групи по 10 чоловік, а також викладачі кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького та доцент кафедри фізичного виховання Дрогобицького державного педагогічного університету імені І.Франка.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. З метою вивчення впливу різних комплексів гімнастичних навантажень на організм студенток факультету ветеринарної медицини, були сформовані чотири групи студентів з приблизно однаковим рівнем фізичної підготовленості та професійною працездатністю, в кожній групі по 10 осіб. Студенти першої групи займалися два рази в тиждень за програмою з розвитку силових якостей, в тренувальних режимах другої групи домінували гімнастичні комплекси вправи з розвитку координації та гнучкості, третьої групи – силової витривалості, четвертої групи – комплексів гімнастичних вправ з елементами профільної фізичної підготовки. До та після чотиримісячного педагогічного експерименту у студенток всіх груп реєструвались показники професійної працездатності, емоційний стан за тестом САН, психофізіологічні показники (ЧСС, АТ, ЖЕЛ, зорово-моторна реакція), показники фізичної підготовленості: ІГСТ в трьоххвилинній модифікації, силової витривалості (згинання тулуба, згинання розгинання рук в упорі лежачи), результат стрибка в до довжину з місця.

Таблиця 1

Психофізіологічні показники студенток факультету ветеринарної медицини після тренувального заняття з розвитку динамічної сили

Показники	Вихідні дані	Після занять
Частота серцевих скорочень (уд./хв.)	83±1,2	142 ± 2,5
АТ систолічний (мм. рт. ст.)	97±1,6	125±2,7
АТ діастолічний (мм. рт. ст.)	60,5±1,8	49,7±2,43
Життєва ємність легень (л.)	2,56±0,09	2,90±0,07
стрибок в довжину з місця (см.)	172,5±2,1	187,7±3,2
згинання розгинання рук в упорі лежачи за 30 сек. (од.)	11,5±2,3	17,4±1,7
Статична сила м'язів спини (кг.)	72,5±1,47	77,8±1,21
Зорово-моторна реакція, (мс.)	184,3±3,06	170,6±4,09
Самопочуття, (од.)	5,1±0,25	5,5±0,28
Активність, (од.)	3,8±0,26	3,2±0,23
Настрій, (од.)	4,1±0,18	5,4±0,11
Професійна працездатність (од.)	61,8±3,2	93,0±11,4

Короткотермінові фізичні навантаження (до 10-15 с.) максимальної потужності силового характеру сприяють активізації різних структур роботи ЦНС, в результаті чого студентки швидше реагують на світлові сигнали. Активізація центрів кори головного мозку сприяє збільшенню темпів руху та збільшенню сили м'язів спини. При майже не змінному самопочутті та активності настроїв студенток значно покращився. Спеціальна працездатність покращилась на 48,5 %.

Таблиця 2

Функціональний стан студенток факультету ветеринарної медицини після занять з розвитку силової витривалості

Показники	Вихідні дані	Після занять
Частота серцевих скорочень (уд./хв.)	80,2±1,5	162 ± 2,7
АТ систолічний (мм. рт. ст.)	101,0±2,5	119±2,75
АТ діастолічний (мм. рт. ст.)	60,2±1,6	52,7±3,43
Життєва ємність легень (л.)	2,51±0,07	3,20±0,07
Витривалість м'язів спини,(с.)	52,1±3,2	38,5±3,1
згинання тулуба в положення сидячи(од.)	32,2±,3,1	43,4±2,3
згинання розгинання рук в упорі лежачи(од.)	12,3±1,5	18,3±1,7
Професійна працездатність (од.)	62,0±2,3	54,0±6,4
Зорово-моторна реакція,(мс.)	170,2±3,12	157,0±2,47
Самопочуття, (од.)	4,1±0,23	4,5±0,45
Активність, (од.)	3,9±0,32	3,3±0,21
Настроїв, (од.)	3,6±0,10	4,3±0,12

Після закінчення заняття з розвитку силової витривалості студенток спостерігається зниження потенціалу кардіогемодинаміки за рахунок домінування симпатичної регуляції нервової системи. Суттєво знижується здатність студенток до підтримки зусилля, приблизно 45 % максимальної сили спини.

Таблиця 3

Функціональний стан студенток факультету ветеринарної медицини після занять з розвитку координації та гнучкості

Показники	Вихідні дані	Після занять
Частота серцевих скорочень (уд./хв.)	78,2±1,5	98,7 ± 2,7
АТ систолічний (мм. рт. ст.)	105,8±2,5	109,5±2,35

АТ діастолічний (мм. рт. ст.)	58,2±1,6	51,5±3,42
Життєва ємність легень (л.)	2,48±0,08	2,51±0,09
Витривалість м'язів спини,(с.)	62,1±3,2	72,5±3,1
Зорово-моторна реакція,(мс.)	173,2±3,12	155,0±2,47
Професійна працездатність (од.)	64,0±2,3	74,0±6,4
Самопочуття, (од.)	4,2±0,21	5,1±0,12
Активність, (од.)	3,5±0,35	4,7±0,25
Настрій, (од.)	4,2±0,21	5,5±0,35

Тренувальні режими фізичної підготовки з розвитку гнучкості та координації, приводять до активації різних ділянок кори головного мозку, що виражається в скороченні (приблизно 15 %) часу зорово-моторної реакції, збільшується (приблизно на 14,5 %) спеціальна працездатність.

Таблиця 4

Функціональний стан студенток факультету ветеринарної медицини після гімнастичного комплексу вправ з елементами профільної фізичної підготовки

Показники	Вихідні дані	Після занять
Частота серцевих скорочень (уд./хв.)	76,2±1,5	148,7 ± 2,7
АТ систолічний (мм. рт. ст.)	105,8±2,5	121,5±2,35
АТ діастолічний (мм. рт. ст.)	57,7±1,8	71,5±3,42
Життєва ємність легень (л.)	2,46±0,06	2,59±0,09
згинання тулуба в положення сидячи(од.)	31,7±3,5	47,5±2,5
згинання розгинання рук в упорі лежачи(од.)	11,8±1,6	19,5±2,5
стрибок в довжину з місця (см.)	171,5±2,5	189,7±2,1
Витривалість м'язів спини,(с.)	67,5±6,1	42,7±5,47
Професійна працездатність (од.)	62,6±2,1	102,1±18,3
Зорово-моторна реакція,(мс.)	173,0±3,52	154,8±3,95
Самопочуття, (од.)	4,4±0,21	5,5±0,12
Активність, (од.)	3,8±0,35	4,5±0,25
Настрій, (од.)	4,1±0,21	5,6±0,35

У студенток під впливом тренувального заняття з елементами профільної фізичної підготовки знижується потенціал кардіогеодинаміки та здатність до утримання пози, а з іншої сторони в результаті активізації коркових структур головного мозку збільшується швидкість переробки інформації.

Висновки:

1. Тренувальний ефект занять з фізичного виховання різних за модальним характером та змістом навантаження, має не однакові зміни функціонального стану серцево-судинної та м'язової систем організму, механізмів психодинаміки та емоційного стану студенток факультету ветеринарної медицини.
2. Заняття котрі підвищують спеціальну працездатність та готовність студенток до навчального процесу, покращують психофізіологічні показники організму – це тренувальні режими з розвитку силових якостей та комплекси виробничої гімнастики з елементами профільної фізичної підготовки.
3. Зміни функціонального стану студенток під впливом комплексу виробничої гімнастики з елементами профільної фізичної підготовки бажано враховувати при плануванні навчального робочого дня.

Перспективи подальших досліджень: визначення основних засобів фізичної культури та спорту для забезпечення довготривалого ефекту підвищення професійної працездатності майбутніх фахівців ветеринарної медицини в процесі фізичного виховання.

Література

1. Дьоміна Ж.Г. Методика навчання вправ координаційної спрямованості майбутніх учителів музики у процесі фізичного виховання: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.02 / Жанна Геннадіївна Дьоміна. // - К., 2010. - 242 с.
2. Пилипей, Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів [Текст]: монографія / Л. П. Пилипей. // – Суми: ДВНЗ “УАБС НБУ”, 2009. – 312 с.
3. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: навч. посібник / С.І. Присяжнюк. - К.: Центр учебной литературы, 2008. - 504 с.
4. Приставський Т.Г. Самостійні заняття студентів фізичною культурою у ВНЗ : навч. посіб / Т.Г. Приставський, О.Л.Ковбан, А.М.Бабич, С.П.Незгода. // - Львів, 2018. — 120 с.
5. Романенко В. А. Психофизиологический статус студенток / В.А. Романенко.// – Донецк: ДНУ, 2013. – 192 с.
6. Романчук С. В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів сухопутних військ Збройних сил України: Монографія / С.В. Романчук. // - Львів: АСВ, 2012. – 367 с.
7. Семенів Б. С. Теоретико-методичні рекомендації з профільної фізичної підготовки студентів харчових технологій : навч. посібн. / Б.С. Семенів, А.М. Бабич, І.Д.Якимичин, О.Т.Голубева. // - Львів, 2018. - 72 с.
8. Семенів Б. С. Професійно-орієнтована фізична підготовка студентів : навч.-метод. посібн. / Б. С. Семенів, Г. Г. Лапшина. // - Львів, 2012. - 144 с.

9. Семенів Б. С. Профільююча фізична підготовка студентів: навч. посібн. / Б.С. Семенів, І. Д. Якимішин, М. М. Стахів. // – Львів, 2016. – 138 с.
10. Фізичне виховання: навчальний посібник / С. І. Присяжнюк, В. П. Краснов, М. О. Третьяков, Р. Т. Раєвський, В. Й. Кійко, Ф. В. Панченко. // - К.: Центр учбової літератури, 2007. - 192 с.
11. Шандригось В. І., Застосування атлетичної гімнастики у фізичному вихованні студентів / В. І. Шандригось, О.В. Мозолюк // Хмельницький: ХНУ, 2012. – С. 156-158.
12. Шандригось В. І. Місце оздоровчої аеробіки у підготовці майбутнього фахівця з фізичної реабілітації / В. І. Шандригось Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка //, 2016. – С. 144-147.
13. Hopper C. Physical activity and nutrition for health / C. Hopper, B. Fisher, K.D. Munoz. // – Champaign: Human Kinetics, 2008. – 374 p. + CD. – (World of wellness health education series).
14. Hardman K. Contemporari issues in phisical education / K. Hardman, K. Green. – Mayer & Mayer Verlag, 2011. – 300 p.

References

1. Domina, Zh.H., (2010). «Metodyka navchannia vprav koordynatsiinoi spriamovanosti maibutnikh uchyteliv muzyky u protsesi fizychnoho vykhovannia»: dys. kand. ped. nauk: 13.00.02 - K.,
2. Pylypei, L. P. (2009). «Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka studentiv», monohrafiia. Sumy: DVNZ «UABS NBU».
3. Prysiazhniuk, S. I. (2008). «Fizyчне vykhovannia»: navch. posibnyk - K.: Tsentr uchebnoi lyteratury.
4. Prystavskiy, T.H., Kovban, O.L., Babych, A.M., and Nezghoda, S.P., (2018). «Samostiini zaniattia studentiv fizychnoiu kulturoiu u VNZ»: navch. Posib. Lviv: LNUVMtaBT imeni C.Z.Hzhytskoho.
5. Romanenko, V. A. (2013). «Psykhofyziolohycheskyi status studentok» Donetsk: DNU.
6. Romanchuk, S. V. (2012). «Fizychna pidhotovka kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv sukhopotnykh viisk Zbroinykh syl Ukrainy» Monohrafiia. Lviv: ASV.
7. Semeniv, B. S., Babych, A.M., Iakymyshyn, I.D., and Holubeva O.T., (2018). «Teoretyko-metodychni rekomendatsii z profilnoi fizychnoi pidhotovky studentiv kharchovykh tekhnolohii»: navch. posibn. Lviv: LNUVMtaBT imeni C.Z.Hzhytskoho.
8. Semeniv, B. S., and Lapshyna, H. H., (2012). «Profesiino-orientovana fizychna pidhotovka studentiv»: navch. posibn. Lviv: LNUVM ta BT imeni C.Z.Hzhytskoho.
9. Semeniv, B. S., Yakymyshyn, I. D., and Stakhiv, M. M., (2016) «Profiliuiucha fizychna pidhotovka studentiv»: navch. posibn. Lviv: LNUVM ta BT imeni C.Z.Hzhytskoho.
10. Prysiazhniuk, S. I., Krasnov, V. P., Tretiakov, M. O., Raievskiy, R. T., Kiiko, V.Y., and Panchenko, F. V., (2007). «Fizyчне vykhovannia»: navchalnyi posibnyk - K.: Tsentr uchbovoi literatury.
11. Shandryhos, V. I., and Mozoliuk, O.V., (2012). «Zastosuvannia atletychnoi himnastyky u fizychnomu vykhovanni studentiv» Khmelnytskyi: KhNU, S. 156-158.
12. Shandryhos, V. I., (2016). «Mistse ozdorovchoi aerobiky u pidhotovtsi maibutnoho fakhivtsia z fizychnoi reabilitatsii» Sumy: Vyd-vo SumDPU imeni A.S. Makarenka, S. 144-147.

Стешиц А.В.

Український гуманітарний інститут, м. Буча

Арефьев В.Г.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ПРОБЛЕМА ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ В ПЕДАГОГІЧНІЙ ТЕОРІЇ ТА ПРАКТИЦІ

У статті розглянуто проблему диференціації на різних рівнях управління навчальним процесом (державному, обласному, навчального закладу, внутрігруповому, індивідуальному). Розкрито зміст понять «диференціація» і «диференційований підхід». Розглянуто зміст освіти на профільному й рівневому рівнях диференціації. Проаналізовано психолого-педагогічні основи диференціації навчання та узагальнено дані спеціальної літератури щодо диференційованого навчання як способу розв'язання завдань розвитку сучасної освіти. Практичне значення розглянутої проблеми полягає у розробці і впровадженні диференційованих педагогічних технологій в систему освітніх закладів з метою поліпшення розумового та фізичного стану тих, хто займається.

Ключові слова: диференційований підхід, навчальні заклади.

Стешиц А.В., Арефьев В.Г. Проблема дифференциации в педагогической теории и практике. В статье рассмотрена проблема дифференциации на различных уровнях управления учебным процессом (государственном, областном, учебного заведения, внутригрупповом, индивидуальном). Раскрыто содержание понятий «дифференциация» и «дифференцированный подход». Рассмотрено содержание образования на профильном и уровневом уровнях дифференциации. Проанализированы психолого-педагогические основы дифференциации обучения и обобщены данные специальной литературы по дифференцированному обучению как способа решения задач развития современного образования. Практическое значение рассматриваемой проблемы заключается в разработке и внедрении дифференцированных педагогических технологий в систему образовательных учреждений с целью улучшения умственного и физического состояния занимающихся.

Ключевые слова: дифференцированный подход, учебные заведения.