

7. Chucha, N. I., Oleynik, V. A., & Baranec, P. A. (2017). "Analiz rezul'tativnosti broskov studencheskoj basketbol'noj komandy HNU v sorevnovanijah studencheskoj basketbol'noj ligi Ukrainy" [An analysis of the results of the student basketball team's cast of the KhNU in the competitions of the student basketball league of Ukraine]. Sportivnye igry, 2, 75–78.
8. Chucha, N. I., & Spasibko, A. V. (2017). Vplyv fizychnogo navantazhennja na rezul'tativnist' shtrafnyh kydkiv kvalifikovanyh basketbolistok [Effect of physical activity on the efficiency of free throws of skilled basketball players]. Sportyvnye ygry, 4, 69-71.
9. Shevchenko, O. O., Belikov, O. O. & Kudimova, O. V. (2014). Faktory, jaki vplyvajut' na tochnist' kydkiv v basketboli [Factors that affect the accuracy of rollouts in basketball.]. Sbornyk statej X mezhdunarodnoj nauchnoj konferencyu, 7 fevralja 2014 g., T. 2. Belgorod – Har'kov – Krasnojarsk; HGAFK, 219 – 222.
10. <http://fbu.ua/statistics/league-29733>

Шапар К.О.
старший викладач,
заслужений майстер спорту України,
Київський національний університет культури та мистецтва, м.Київ
Ковальчук Н.В.
доцент, майстер спорту СРСР, заслужений працівник культури
Київський національний університет культури і мистецтва, м. Київ

ВПЛИВ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ НА АДАПТАЦІЮ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗВО

У представленій статті розглядається питання впливу самостійних занять фізичною культурою на адаптацію студентів до навчання у закладах вищої освіти, яке розкривається за допомогою алгоритму підготовки студентів до самостійного зайняття фізичною культурою і з позиції раціональних вправ рухової діяльності студентів. Розроблений алгоритм став основою для організації процесу підготовки студентів до самостійних занять і включає теоретичну, методичну підготовку і навчання студентів самоконтролю за психічним, функціональним і фізичним станом.

Ключові слова: фізична культура, фізичні вправи, рухова активність, здоров'я, адаптація, мотиваційна сфера, самостійне зайняття.

Е.А. Шапарь, Н.В. Ковальчук «Влияние самостоятельных занятий физической культурой на адаптацию студентов к обучению в ВУЗе». В представленной статье рассматривается вопрос влияния самостоятельных занятий физической культурой на адаптацию студентов к обучению в ВУЗе, который раскрывается с помощью алгоритма подготовки студентов к самостоятельным занятиям физической культурой и с позиции рациональных упражнений двигательной деятельности занимающихся. Разработанный алгоритм стал основой для организации процесса подготовки студентов к самостоятельным занятиям, включающий в себя теоретическую, методическую подготовку и обучение студентов самоконтролю за психическим, функциональным и физическим состоянием.

Ключевые слова: физическая культура, физические упражнения, двигательная активность, здоровье, адаптация, мотивационная сфера, самостоятельные занятия.

Shapar K., Kovalchuk N. «Influence of independent employments a physical culture on adaptation of students to educating in Institution» of higher learning. In the presented article the question of influence of independent employments a physical culture is examined on adaptation of students to educating in Institution of higher learning, that opens up by means of algorithm of preparation of students to the independent engaging in a physical culture and from position of rational exercises of motive activity of occupying. The worked out algorithm became basis for organization of process of preparation of students to independent employments, plugging in itself theoretical and methodical preparation and educating of students to self-control after a mental, functional and physical condition.

Key words: physical culture, physical exercises, motive activity, health, adaptation, motivational sphere, independent employments.

Вступ. Подальше вдосконалення системи вищої професійної освіти в даний час висуває перед педагогічною наукою складні і відповідальні завдання, пов'язані з науковим обґрунтуванням цілей, змісту, засобів і методів навчально-виховної діяльності. З одного боку, навчальний процес у закладах вищої освіти характеризується емоційним та інтелектуальним напруженням психічних функцій організму, значними фізичними навантаженнями, наявністю багатьох стресових ситуацій. Внаслідок цього знижується фізична та розумова працездатність, що у свою чергу призводить до загального знесилення організму. З другого боку, у ЗВО України, в останні роки спостерігається скасування кафедр фізичного виховання студентів і відкриття спортивних клубів. Цей процес призводить до ліквідації обов'язкового відвідування занять з фізичної підготовки студентів, здачі нормативів, а факультативне відвідування студентами секцій спортивного клубу, з навантаженням 2 години на тиждень, позитивного результату, як правило, дає значне менше.

Виконання зазначених завдань можливе лише на основі залучення в дослідну сферу проблем, обумовлених реальними потребами вищої школи.

Сьогодні проблема адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти привертає увагу представників різних

наук. Найбільш вивчені її психологічні та соціально-психологічні аспекти (В.Н. Бородулін, А.Н. Жмиріков, О.В. Галявін, В.Г. Чайка, М.С. Яницький та ін.). Певним внеском у вивчення фізіологічних аспектів адаптації є докторська дисертація Г.А. Севрюкова «Фізіологічні аспекти адаптації студентів ЗВО до умов професійного навчання». На питання адаптації студентів звертають пильну увагу і представники педагогічної науки. В останні роки захищено низку дисертацій (В.Н. Бородулін, І.В. Варкашова, Н.М. Голубєва, С.І. Єлісеєва, А.А. Жаренкова і ін.), що розглядають дану проблему з різних позицій.

Життя і здоров'я людини багато в чому визначаються рівнем його адаптивності - вродженої та набутої здатності до адаптації, т.е. пристосуванню до всього різноманіття життя за будь-яких умов (гнучка психіка). Процеси адаптації здійснюються на різних рівнях життєдіяльності - діяльності організму і надзвичайно складні [1].

Адаптація пов'язана з різними біологічними (наприклад, вміст кисню в крові, забезпечення харчування мозку і ін.), психологічними і соціальними факторами. З віком біологічні фактори поступаються місцем соціально-психологічним (наприклад, психо-травмуючі ситуації в сім'ї і на роботі, соціально-економічна незахищеність особистості та ін.), які мають істотний вплив на динаміку протікання адаптації.

У кожної людини існує якийсь бар'єр психічної адаптації, який ніби вбирає в себе всі особливості психічного складу і можливості реагування

людини. Він базується на двох засадах - біологічної та соціальної і, по суті, є їх єдиним інтегрованим функціонально - динамічним виразом.

Отже, поки поведінкові реакції людини знаходяться в допустимих межах і не виходять за рамки бар'єру психічної адаптації, людина успішно адаптується, але в разі «прориву» або «руйнування» цього бар'єру відбувається психічний зрив, який може привести до розвитку хвороби.

Таким чином, ступінь здоров'я організму визначається запасом міцності, стійкості щодо патологічних впливів, т.е. тим, наскільки легко і надійно захисні сили гасять, компенсують ці впливи, не допускаючи спотворення умов роботи психіки [1].

Період адаптації студентів визначається як процес включення індивіда в нову соціальну середу, освоєння їм специфіки нових умов.

На думку багатьох вчених, процес адаптації першокурсника повинен бути цілеспрямованим, планованим, організованим і керованим. Вирішення питань адаптації першокурсників з метою їх якнайшвидшого і безболісного включення в атмосферу роботи закладу вищої освіти є важливим кроком на шляху вдосконалення навчального процесу [2, 3].

Особливий інтерес представляє собою проблема адаптації студентів до навчання у ЗВО. Останнім часом (за рахунок недержавних закладів освіти) щорічно зростає кількість абітурієнтів, але дуже великий відсів першокурсників показує, що адаптація вчорашніх школярів проходить зі значними труднощами. Даний факт підтверджує те, що успішність у студентів першого курсу нижче, ніж оцінки, які вони отримують на вступних іспитах. Першокурсники, які отримують задовільні оцінки, складають 80% від числа всіх студентів. Причиною неуспішності для багатьох першокурсників є не відсутність здібностей або бажання вчитися, а невміння швидко пристосуватися до вузівським умов, а також те, що вони не отримують своєчасної, необхідної допомоги з боку викладачів. В результаті цього перехідний період для багатьох студентів виявляється надзвичайно складним [4]. Проведені дослідження дозволяють виділити основні фактори, що впливають на процес адаптації студентів - першокурсників до складних для них умов навчання у ЗВО.

До традиційних факторів процесу адаптації відносяться: кліматичний (адаптація до кліматичних умов); особистісне - психологічної (адаптація до життя без рідних і близьких); соціально - побутової (адаптація до умов життя в навчальному закладі, до побутової та матеріальної самостійності); фактор міжособистісного спілкування (адаптація до складу навчальних груп і потоків); адаптованість до педагогічної системи (адаптація до нової системи освіти, контролю, вимог).

Крім вищевикладеного, актуалізується проблема адаптації студентів до навчання у ЗВО, стан їх психічного і фізичного здоров'я. Серед різних причин, що погіршують стан здоров'я студентів (перенапруження і перевантаження в процесі занять, велика кількість часу, проведеного перед комп'ютерним монітором, проблеми міжособистісних відносин, порушення режиму харчування і сну і т. Д.), Виділяють низький рівень рухової активності учнів[5], зниження якої розглядається як найважливіший фактор ризику багатьох захворювань [6].

В умовах сучасної організації навчального процесу з фізичної культури у ЗВО, коли на тиждень проводиться тільки одне або два заняття, розвиток життєво необхідних якостей студентів забезпечується не в тій мірі, яка б дозволила зміцнити їх здоров'я[7]. Збільшити кількість занять найближчим часом, на думку, як багатьох викладачів так і автора статті, навряд чи вдасться з причин економічного характеру, тому залишається або збільшити інтенсивність регламентованих занять, зробити їх більш привабливими за рахунок впровадження інноваційних технологій навчання, або використовувати самостійні заняття студентів у вільний від навчання час. Дійсно, оптимальний обсяг рухової активності, встановлений фізіологами для студентського віку, становить 10-14 годин в тиждень, і без доповнення до навчальної програми з фізичної культури у вищих навчальних закладах (6-8 годин в тиждень) у вигляді індивідуальної системи занять фізичними вправами або видами спорту досягти оптимального обсягу рухової активності студентів неможливо.

Мета дослідження. У зв'язку з цим необхідно вивчити вплив самостійних занять фізичною культурою на стан здоров'я студентів і їх адаптацію до навчання у ЗВО.

Ми припускаємо, що підготовка студентів до самостійних занять фізичною культурою буде позитивно впливати не тільки на стан здоров'я, але і на формування їх адаптивних здібностей, значно підвищить обсяг рухової активності.

Аналіз літературних джерел. Аналіз наукової і науково-методичної літератури показав, що підготовку студентів до самостійних занять фізичними вправами важливо розглядати з позицій раціонального управління руховою діяльністю займаються. Спрямованість навчальних занять повинна впливати, насамперед, на мотиваційну сферу, що обумовлює

складність і багато - плановість структури навчання [5]. Мотивація передбачає продумування системи мотивів і стимулів, які допоможуть налаштувати студентів на активну, раціональну, самостійну діяльність при заняттях фізичною культурою.

Результати дослідження та їх обговорювання. Мотиваційний компонент процесу підготовки студентів до самостійних занять має наступну структуру: виявлення вихідного рівня мотивації; формування соціально значущих мотивів; управління динамікою мотивації; планований результат.

Раціональне управління мотиваційною сферою створює необхідні передумови оптимізації підготовки студентів до самостійних занять фізичними вправами за умови розробки чіткого алгоритму їх діяльності.

Структура розробленого нами алгоритму підготовки студентів до самостійних занять включає три основних напрямки:

1. забезпечення теоретичної підготовки, зміст якої включає в себе наступні дидактичні одиниці:
 - ✓ кошти фізичної культури і спорту в управлінні вдосконаленням функціональних можливостей організму;
 - ✓ фізична культура і здоровий спосіб життя студента;
 - ✓ психофізіологічні основи навчального праці, засоби фізичної культури в регулюванні працездатності;
 - ✓ фізична культура і здоров'я; адаптація студентів до навчання у вузі і фізична культура;
2. отримання методичної підготовки, яка передбачає:
 - ✓ виявлення раціональної дозування темпу і ритму рухів для перших занять, поступова їх зміна в міру адаптації організму до м'язової навантаженні;
 - ✓ відбір ефективних засобів для розвитку базових і провідних рухово - координаційних якостей;
 - ✓ вибір оптимального поєднання навантаження і відпочинку, обсягу і інтенсивності при виконанні фізичних вправ;
3. присутність самоконтролю за психічним, функціональним, емоційним і фізичним станом; готовність до відчуття дискомфорту і необхідність направлення вольових зусиль на початковому етапі самостійних занять; поступове зниження емоційної і м'язової напруженості, поява легкості рухів; виникнення почуття задоволення від м'язової діяльності.

Важлива ознака потреби в самостійних заняттях фізичними вправами - поява деякого дискомфорту при пропуску занять і неможливості отримання м'язового навантаження.

Для реалізації розробленого алгоритму підготовки студентів до самостійних занять потрібна зміна акцентів в цільовій настанові занять в умовах роботи секцій спортивного клубу студентів: перенесення основної уваги з вирішення проблем фізичної підготовки і здачі контрольних нормативів на формування спеціальних фізкультурних занять і інструктивно-методичних умінь студентів. Для цього планувалося досягти тренувального ефекту в розвитку фізичних якостей не стільки за рахунок занять секцій спортивного клубу, скільки додатковими самостійними тренуваннями. На підставі чого визначилися основні принципіві умови, без яких неможливе вирішення даного питання.

Перша умова - дуже тісна єдність теоретичного і практичного компонентів фізичного виховання.

Друга умова - увага до раціональних термінах формування вміння самостійно займатися фізичними вправами, з одного боку, і досягнення відчуття реальної користі і прогресу в фізичному стані займатися - з іншого боку. Важливо підкреслити, що тут потрібно мати на увазі (і інформувати про це студентів) існування конкретних часових проміжків, протягом яких при фізкультурній пасивності практично втрачається ефект попередніх занять.

Третя умова - за допомогою простих і доступних психофізіологічних тестів показати вплив фізичних вправ на функціональний стан організму і розумову працездатність студентів, переконати їх в реальну користь занять фізичною культурою при підготовці до майбутньої професійної діяльності [8]. Для перевірки перерахованих умов був проведений педагогічний в умовах спортивного клубу Київського національного університету культури і мистецтв за участю 80 студентів І курсу. Для проведення експерименту були створені експериментальна група (ЕГ) - 40 осіб і контрольна (КГ) - 40 осіб.

З метою визначення вихідного рівня здоров'я використовувалася методика Г. Л. Ананасенко (1988). Сумарна кількість балів, отриманих студентом за величиною кожного з 5 функціональних показників, визначало функціональний клас здоров'я (низький, нижче середнього, середній, вище середнього, високий). Для вивчення особистісного адаптаційного потенціалу (ЛАП) застосовувався багаторівневий особистісний опитувальник (МЛО) «Адаптивність» А. Г. Маклакова, який крім інтегративного показника ЛАП давав можливість визначити значення парціальних показників моральної нормативності і нервово - психічної стійкості. Порівняльний аналіз результатів тестування на початку експерименту показав відсутність істотних відмінностей у рівні здоров'я, особистісного адаптаційного потенціалу студентів КГ та ЕГ ($p < 0.05$). Незначна частина студентів займається фізичними вправами самостійно. Так, наприклад, роблять ранкову гімнастику регулярно 17% юнаків і 8% дівчат, нерегулярно - відповідно 34 і 24%, взагалі не роблять - 49% юнаків і 68% дівчат. Гартують процедури проводять регулярно 9% юнаків і 5% дівчат, решта або взагалі не проводять, або проводять час від часу за настроєм.

Самостійно, в поза навчальний час, фізичними вправами займаються 17% хлопців і 7% дівчат. Юнаки більш активні у відвідуванні спортивних секцій - 29%, ніж дівчата - 6%.

Це говорить про те, що дефіцит рухової активності заповнюється в основному за рахунок обов'язкових занять фізичною культурою, внесених до розкладу і регульованих заліком.

На формуючому етапі експерименту заняття в КГ проводилися по робочій програмі спортивного клубу університету, розробленої відповідно до рекомендацій Міністерства освіти України.

В ЕГ студенти засвоювали матеріал відповідно до алгоритму підготовки студентів до самостійних занять фізичними вправами. При цьому велика увага приділялася формуванню мотиваційної сфери. За допомогою тестів (які з великим інтересом виконували студенти) було показано позитивний вплив спортивних вправ на фізичну і розумову працездатність учнів, функціональні можливості організму, розвиток їх особистісного адаптаційного потенціалу. Студентам пояснювалося, що люди з більш високим рівнем фізичної підготовленості набагато успішніше в професійній діяльності, відрізняються

кращою працездатністю, упевненістю в собі, наполегливістю, самостійністю, рішучістю. Красива статура, досягнуте самостійними систематичними фізичними вправами, правильна постава, естетичні пози, жести підвищують імідж фахівця, забезпечують його перевага перед іншими студентами.

Підкреслимо, що академічні заняття будувалися так, щоб студенти використовували на практиці знання і вміння, отримані в ході загально теоретичної підготовки. З цією метою кожне заняття починалося і закінчувалося практичною реалізацією умінь по самоконтролю. В ході занять обов'язково обговорювалися завдання раціонального вибору певних фізичних вправ відповідно до цільових установками самостійних занять конкретного студента, а також проблеми дозування силових навантажень відповідно до його фізичним станом. Особливу увагу в зв'язку з метою дослідження було приділено темі адаптації студентів до навчання у вузі засобами фізичної культури, позитивному впливу фізичних вправ на розумову працездатність студентів, якості навчального праці.

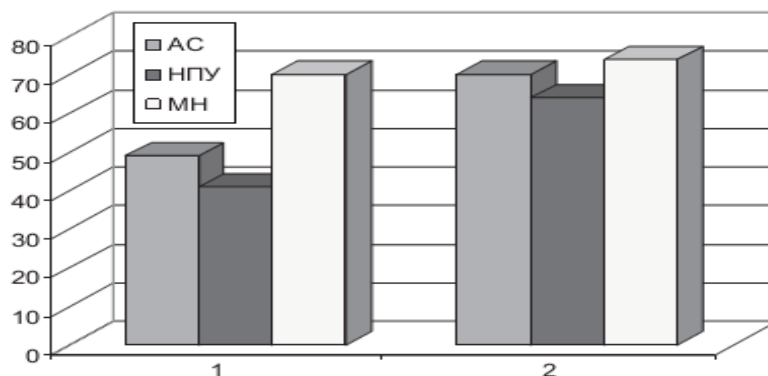
Висновки. Після закінчення експерименту було проведено повторне тестування для виявлення динаміки показників рівня здоров'я, адаптаційного потенціалу і ставлення студентів до самостійних занять фізичними вправами.

Під час педагогічного експерименту змінився рівень фізичного здоров'я студентів.

При обстеженні стану здоров'я учнів, середньо групові показники на початку експерименту становили від 7.6 ± 0.48 до 8.7 ± 0.77 бала, що відповідало показникам здоров'я на рівні нижче середнього. Після експерименту показники рівня здоров'я в контрольній групі збільшилися незначно: від 7.6 ± 0.48 до 10.2 ± 0.49 бала, що відповідає середньому рівню здоров'я. Рівень здоров'я в експериментальній групі підвищився з 8.6 ± 0.73 до 14.8 ± 0.39 бала, що визначає вище середній рівень здоров'я. Аналіз медичних карт показав, що 1-2 рази в рік хворіли простудними захворюваннями 28% студентів контрольної групи та 8% - експериментальної.

Обробка результатів (див. Малюнок) опитувальника (МЛО) «Адаптивність» виявила наступне:

1. Адаптивні здібності (АС) у студентів експериментальної групи в кінці педагогічного експерименту сформувалися краще, ніж у контрольній.
2. Нервово-психічна стійкість (НПУ) учасників експериментальної групи вище, їх адаптація протікає ефективніше і легше, ніж у студентів контрольної групи.
3. Моральна нормативність (МН) студентів експериментальної та контрольної груп знаходиться приблизно на однаковому рівні.



Результаты, полученные по многоуровневому опроснику
«Адаптивность» (%)

Змінилося також ставлення студентів ЕГ до систематичних занять фізичними вправами. Так, якщо в КГ 16.4% студентів періодично виконували пробіжки, 14.2% юнаків час від часу грали в футбол, 25% - нерегулярно відвідували спортивний зал для гри в волейбол чи баскетбол, то ставлення дівчат до самостійних занять практично не змінилося. У ЕГ 32.5% студентів стали щодня займатися оздоровчим бігом, 42.5% - регулярно робити ранкову гімнастику, 27% - відвідувати спортивні секції.

Мотиви занять фізичними вправами в ЕГ були наступні:

- ✓ зміцнення здоров'я та всебічний розвиток;
- ✓ підвищення рівня розумової і фізичної працездатності;
- ✓ розвиток адаптаційних здібностей;
- ✓ необхідність занять фізичною культурою для підготовки до майбутньої професійної діяльності.

Перспективи подальших досліджень. Таким чином, результати педагогічного експерименту показали, що для підвищення рівня здоров'я, адаптації студентів до навчання у ЗВО необхідна цілеспрямована робота по їх підготовці до самостійних занять фізичними вправами. Зміст її має забезпечувати теоретичну методичну підготовку, засвоєння методик самоконтролю за фізичним і функціональним станом організму, а також за психоемоційної сферою. Проведений педагогічний експеримент показав результативність розробленого алгоритму підготовки студентів до самостійних занять фізичною культурою і їх позитивний вплив на рівень здоров'я і розвиток адаптивних здібностей студентів.

Література

1. Попов Г.Н., Шіренкова Е. В., Серазетдінов О. З. Критерії здоров'я: адаптація, соціалізація, індивідуалізація // Вісник Томського держ. пед. ун-ту. 2007. №5 (68). С. 83-87.

2. Браун Т.П. Адаптація студентів до навчання у вищому навчальному закладі в умовах оптимізації освітнього середовища: автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2007. 21 с.
3. Караваєва Н.Н. Педагогічний супровід адаптації студентів до навчального процесу технічного вузу: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Тула, 2006. 19 с.
4. Віленський М. Я. Фізична культура і здоровий спосіб життя студента: навч. сел. М. : Гардарики, 2007. 218 с.
5. Логунов В. І. Основні напрями формування потреби в систематичних заняттях фізичними вправами у студентів технічного вузу // Теор. і практ. фіз. культури. 2008. №6. С. 32-34
6. Маляренко Т.Н. Валеологические аспекты вышней Освіти // Валеологія. 1996. №2. С. 18-27.
7. Дзюбалов А. К. Рухів та організаційно-методичний вминаючи як чінни Залучення студентської до самостійної фізики-сойки діяльності: автореф. дис. ... канд. PED. наук. М., 1991. 21 с.
8. Павлюк Н. Б. Адаптація до навчання студентського першого курсу педахохічного вузу засобами фізичної культури: автореф. дис. ... канд. PED. наук. Шуя, 2006. 22 с.

Reference

1. Popov G.N., Shirenkova E.V., Serazetdinov O. Z. Health criteria: adaptation, socialization, individualization // Tomsk State Bulletin. ped. un-that. 2007. №5 (68). Pp. 83–87.
2. Brown, ETC. Adaptation of students to study at the university in an optimized educational environment: author. dis ... Cand. ped. sciences. SPb., 2007. 21 p.
3. Karavaeva NN. Pedagogical support of students' adaptation to the educational process of a technical college: author. dis ... Cand. ped. sciences. Tula, 2006. 19 p.
4. Vilensky M. Ya. Physical culture and a healthy lifestyle of a student: studies. pos. M. : Gardariki, 2007. 218 p.
5. Logunov V.I. The main directions of the formation of the need for systematic physical exercises for students of a technical college // Theor. and practical physical culture. 2008. №6. Pp. 32–34.
6. Malyarenko T.N. Valeological aspects of the Higher Osvity // Valeolokhiya. 1996. №2. Pp. 18-27.
7. Dzyubalov A. K. Rukhovi i orhanizatsiyno-metodychni vminnya yak chynnyky zaluchennya studentiv do samostiynoyi fizych-s'koyi diyal'nosti: avtoref. dys. ... kand. ped. nauk. M., 1991. 21 s.
8. Pavlyuk N. B. Adaptatsiya do navchannya studentiv pershoho kursu pedahohichnoho vuzu zasobamy fizychnoyi kul'tury: avtoref. dys. ... kand. ped. nauk. Shuya, 2006. 22 s

Шутка Г.І.

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Львівський державний університет внутрішніх справ, м.Львів
Флуд О.В.*

*Старший викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Львівський державний університет внутрішніх справ, м.Львів
Голодієвський М.Ф.*

*викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Львівський державний університет внутрішніх справ, м.Львів
Семак В.А.*

Заступник начальника національної академії сухопутних військ ім.гетьмана П.Сагайдачного, м.Львів

ОБ'ЄКТИВНІ ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ У ЛІТНЬОМУ ОЗДОРОВЧОМУ ТАБОРІ

У статті розкриті об'єктивні соціальні та педагогічні передумови формування фізичної підготовленості та рухової активності школярів у літньому оздоровчому таборі. В умовах літнього оздоровчого табору заняття різними видами рухової діяльності за своєю спрямованістю досить наближені до суті фізичної рекреації. Проте робота з дітьми повинна здійснюватися в межах фізичного виховання, особливістю якого в період літніх канікул є її домінуюча оздоровча мета. Характерним явищем в оздоровчих літніх таборах є те, що фізичне виховання як організований процес впливу на дітей завдяки заняттям фізичними вправами, гігієнічних заходів і природних сил для забезпечення необхідного рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості, поступово посіло провідне місце серед різних видів виховання в установах дитячого відпочинку в літній канікулярний період. Умови літнього табору оздоровлення та відпочинку дозволили визначити правильний режим фізичної активності для дітей і підлітків саме в літній період, що є важливим оздоровчим засобом.

Ключові слова: соціально-педагогічні передумови, табір оздоровлення та відпочинку, фізична підготовка, школярі.

Шутка Г. И., Флуд О. В., Голодиевский М.Ф., Семак В.А. Объективные предпосылки формирования физической одготовленности детей в летнем оздоровительном лагере. В статье раскрыты объективные социальные и педагогические предпосылки формирования физической подготовленности и двигательной активности школьников в летнем оздоровительном лагере . В условиях летнего оздоровительного лагеря занятия различными видами двигательной деятельности по своей направленности достаточно приближены к сути физической рекреации.