

4. Verkhovskaya N.V. Ispol'zovaniye fizkul'turno-ozdorovitel'nykh tekhnologiy v prakticheskikh zanyatiyakh po fizicheskomu vospitaniyu studentov vysshikh uchebnykh zavedeniy // Pedagogika formirovaniya tvorcheskoy lichnosti v vysshey i obshcheobrazovatel'noy shkolkakh. 2016. Vyp. 46. – С. 303-307.
5. Griban G. P. Zhiznedeyatel'nost' i dvigatel'naya aktivnost' studentov: monografiya. Zhitomir: Izd-vo "Ruta", 2009. – 594 s.
6. Gubareva Ye.S. Razvitiye pedagogicheskoy tekhnologii v ozdorovitel'nykh vidakh gimnastiki: Avtoref. dis. ... kand. nauk po fiz. vospitaniyu i sportu po spets. 24.00.02 - Fizicheskaya kul'tura, fizicheskoye vospitaniye raznykh grupp naseleniya. K., 2001. – 21 s.
7. Kosikhin V.P. Razvitiye studencheskogo sporta cherez aerobiku / V. P. Kosikhin, L.V. Pashkova // Fizicheskaya kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka. – 2000. – №4. – С.35.
8. Krutsevich, T.YU. Aerobika kak bazovyy komponent sovremennogo fitnessa / T.YU. Krutsevich, YU.A. Usachev // Sport i zdorov'ye: sbornik nauchnykh trudov. – SPb, 2003. – Т.2. – С.43 – 45.
9. Kuznetsova A.T. Ozdorovitel'naya trenirovka studentov: ucheb. posobiye. / A. T. Kuznetsova. – М.: Izd-vo Yevropeyskogo universiteta, 2010. –10 s.
10. Pro pohodzhennya materialiv derzhavnoyi tsilovoyi sotsialnoyi prohramy rozvytku fizychnoyi kultury i sportu na period do 2020 roku. Postanova Kabinetu ministriv Ukrayiny vid 01.03.2017 № 115. URL: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/29686>.
11. Sychov S.O. Teoretyko-metodychni zasady priluchennya Student-skoyi molodi do tsinnostey fizychnoyi kultury: avtoref. dys. ... d-ra ped. nauk za spets. 13.00.07 – teoriya y metodyka vykhovannya. – 2011. – 41 s.
12. Tretyakov A.A. Fizychni vpravy, yak zasib znyzhennya nervovo-emotsiynoho napruzheniya v osvithnomu protsesi / A.A. Tretyakov, A.A. Horyelov // Kultura fizychna i zdorov'ya. Voronezh, 2011. – № 4 – (34). – С. 6-9.
13. Tretyakov A.A., Malychenko D.A. Rozumova pratsezdatsnist i pidvyshchennya yiyi efektyvnosti / A. A. Tretyakov, D. A. Malychenko // Psykholoho-pedahohichni tekhnolohiyi pidvyshchennya rozumovoyi i fizychnoyi pratsezdatsnosti, znyzhennya nervovo-emotsiynoho napruzheniya u studentiv v protsesi osvithnoyi diyalnosti: materialy Mizhnar. nauch. konf. (Bilhorod, 16-19 chervnya 2011 roku): v 2 ch. – CH. 2. – S. 23-26.
14. Fizkulturno-ozdorovchi tekhnolohiyi formuvannya fitness-kultury studentiv: navch. posib. / Pod red. YU.A. Usachova. – K.: Vyd-tvo «Lohos», 2015. – 200 s.

УДК 378.147:796.011.3

Тонконог В. М., Глагощук О. Г.
Дніпровський державний технічний університет, м. Кам'янське

ФОРМУВАННЯ РІВНЯ МОТИВАЦІЙ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАСОБАМИ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

Актуальність проблеми складається в необхідності підвищення рівня соціального здоров'я студентів. В статті розглянуті напрями формування мотивацій студентської молоді технічних вузів до фізичного удосконалення засобами професійно-прикладної фізичної підготовки. Мета дослідження – висвітлення питань підвищення рівня мотивацій студентів до занять фізичним вихованням засобами професійно-прикладної фізичної підготовки та компетентності студентської молоді. В статті досліджуються зміни рівня мотиваційних чинників, професійної орієнтованості, соціально-психологічних якостей, загальної і спеціальної фізичної підготовки студентів які впливають на відношення до занять фізичним вихованням. Методи дослідження: аналіз наукової і методичної літератури; психолого-педагогічне спостереження; анкетування; методи психологічної діагностики; функціональні проби.

Результати дослідження: при зміннях рівня мотивацій можливим є підвищення загального рівня фізичного здоров'я. Різні форми занять фізичним вихованням є інформативною базою і умовами для розвитку і реалізації фізичних, психофізіологічних і соціально-психологічних якостей студентів.

Ключові слова: професійно-прикладна фізична підготовка, вміння, навички, мотивація, чинники, здоров'я, якості, студенти.

Тонконог В.Н., Глагощук А.Г. Формирование уровня мотиваций студентов к физическому воспитанию средствами профессионально-прикладной физической подготовки. Актуальность проблемы состоит в необходимости повышения уровня социального здоровья студентов. В статье рассмотрены направления формирования мотиваций студенческой молодежи технических вузов к физическому совершенствованию средствами профессионально-прикладной физической подготовки. Цель исследования – освещение вопроса повышения уровня мотивации студентов к занятиям физическим воспитанием средствами профессионально-прикладной физической подготовки и компетентности студенческой молодежи. В статье исследуются изменения уровня мотивационных факторов: профессиональной ориентированности и социально-психологических качеств, общей и специальной физической подготовки студентов, факторов влияющих на отношение к занятиям физическим воспитанием средствами профессионально-прикладной физической подготовки. Методы исследований: анализ научной и методической литературы; психолого-педагогического наблюдения; анкетирование методы психологической диагностики; функциональные пробы.

Результаты исследований: при изменении уровня мотиваций возможным есть повышение уровня физического здоровья. Различные формы занятий по физическому воспитанию есть информативно базой и условиями для развития и реализации физических, психофизиологических и социально-психологических качеств студентов.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, умения, навыки, мотивация, факторы, здоровье, качества, студенты.

Tonkonog V., Gladoschuk A. Formation of students' motivation level to physical education by means of professional-applied physical training. The urgency of the problem is in the need to improve the level of social health of students, since the deteriorating of not only the somatic health of young people, but also other components of health, mental and social, has been noted over the last decade. The article considers the directions of motivation formation of technical universities students for physical improvement by means of professional-applied physical training.

The purpose of the study is to highlight the issue of raising the level of students' motivation to physical education by means of professional-applied physical training and competence of students in understanding the essence of social health, the importance of creating a healthy lifestyle. The article examines changes in the level of motivational factors: professional orientation and socio-psychological qualities, general and special physical training of students, factors affecting the attitude to physical education classes using professional-applied physical training.

Research methods: analysis of scientific and methodical literature; psychological and pedagogical observation; questioning; methods of psychological diagnosis; functional tests.

Research results: when the level of motivation changes, there is an increase in physical health. This study involved 186 students of I-IV courses. It has been shown that under certain pedagogical conditions of the educational process, the level of motivation increases by means of professional-applied physical training.

Various forms of physical education classes are informatively the base and conditions for the development and realization of students' physical, psychophysiological and socio-psychological qualities. The rational use of youth potential in the process of social development of students determines the development of society as a whole.

Key words: professional-applied physical training, skills, abilities, motivation, factors, health, qualities, students.

Постановка проблеми. Принцип органічного зв'язку фізичного виховання з практикою трудової діяльності найбільш коректно втілюється у професійно-прикладній фізичній підготовці. Хоча цей принцип поширюється на всю соціальну систему фізичного виховання, саме в професійно-прикладній фізичній підготовці вона знаходить своє специфічне вираження. В якості своєрідного різновиду фізичного виховання професійно-прикладна фізична підготовка являє собою педагогічно спрямований процес забезпечення спеціалізованої фізичної підготовленості до вибраної професії [6]. Інакше кажучи, це в своїй основі процес навчання, що збагачує індивідуальний фонд професійно корисних рухових умінь та навичок, виховання фізичних та безпосередньо пов'язаних з ними здібностей, від яких прямо або побічно залежить професійна дієздатність [5; 9].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вирішення завдань професійно-прикладної фізичної підготовки студентів здійснюється в загальній системі фізичного виховання у вищих навчальних закладах і їх конкретизація залежить від специфіки професійної діяльності [3; 9].

Значення професійно-прикладної фізичної підготовки для студентів, майбутніх бакалаврів, спеціалістів, магістрів різного профілю підвищується з кожним роком. Це пов'язано з наростаючою тенденцією соціально небезпечного зниження рухової активності працюючих у сучасному виробництві. Ми живемо в епоху науково-технічного прогресу і високих технологій. В наш час широко впроваджуються автоматизовані системи в усі сфери людської діяльності.

Проте, не дивлячись на створення автоматизованих систем управління, головні функції все ж таки залишаються за людиною: вона програмує, управляє і контролює.

Нова техніка, нові високі технології, нові взаємини у виробничому колективі пред'являють нові, вищі вимоги до керівника, фахівця, організатора виробництва. Епоха науково-технічного прогресу, як ніколи, вимагає різностороннього, гармонійного розвитку особи [4].

Якісні відмінності у вимогах до фізичної і психологічної підготовленості фахівців різних професій викликають злободенну необхідність професійно-прикладної фізичної підготовки.

Під цією підготовкою розуміється спеціальний напрям фізичного виховання, яке найкращим чином забезпечує формування і вдосконалення властивостей і якостей особи, що мають істотне значення для конкретної професійної діяльності [5; 8].

Мета і завдання фізичної підготовки обумовлені в першу чергу вимогами, що пред'являються професією. Спеціальні завдання фізичної підготовки – розвиток фізичних здібностей, то відповідають вимогам вибраної професійної діяльності; формування і вдосконалення рухових вмінь і навичок, які необхідні в обраній професії; підвищення опору організму до несприятливої дії специфічних умов професійної діяльності; виховання засобами фізичної підготовки необхідних морально-вольових якостей, потрібних в обраній професії.

Застосування професійно-прикладної фізичної підготовки в технічних вузах дозволяє значно підняти прикладну дієвість фізичного виховання і в підсумку підвищити якість підготовки висококваліфікованих фахівців [6; 7].

До основних чинників, що визначають зміст фізичної підготовки студента на обраному факультеті, і майбутнього бакалавра, спеціаліста, магістра даного профілю, відносяться: форми і види учбової діяльності на даному факультеті; форми і види праці майбутнього фахівця даного профілю; умови учбової і майбутньої трудової діяльності; особливості динаміки стомлення і працездатності в процесі учбових занять або професійної діяльності [2; 10].

До додаткових чинників, що впливають на зміст фізичної підготовки відносяться: індивідуальні особливості, стать, вік, стан здоров'я, типові професійні захворювання.

Велике значення для конкретизації фізичної підготовки працівників промислового виробництва мають такі типові

показники роботи, як вид праці, найважливіші виробничі операції, переважаючі типи діяльності, знаряддя праці, форми організації праці.

Кожний з цих чинників вимагає певних фізичних і психологічних якостей, а також відповідних рухових навичок.

Мета дослідження – формування мотивації студентів технічних вузів до фізичного виховання засобами професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП).

Завдання – визначити мотиваційні чинники діяльності студентів технічних вузів, професійну орієнтованість, психофізіологічні та соціально-психологічні якості, загальну і спеціальну фізичну підготовленість студентів, та розробити організаційно-методичні умови підвищення позитивної мотивації до ППФП у процесі навчальних та самостійних занять з використанням засобів самоконтролю.

Організація та методи дослідження. У даному дослідженні прийняли участь 186 респондентів віком 17-22 роки I-IV курсів Дніпровського державного технічного університету. Для вирішення поставлених завдань використовувалися методи дослідження: аналіз наукової та методичної літератури; психолого-педагогічне спостереження; анкетування; методи психологічної діагностики, антропометричні виміри; фізіологічні методи (пульсометрія, тонометрія, функціональні проби); методи рухових тестів.

Отримані результати дослідження та їх обговорення. При розробці організаційно-методичних умов для формування мотивації студентів до професійно-прикладної підготовки в процесі фізичного виховання використовувалися навчальні і позанавчальні форми занять.

Навчальний процес з предмету фізичне виховання у Дніпродзержинському державному технічному університеті проводиться за такою системою: I-II курси (4 години на тиждень) – загальна фізична підготовка із складанням впродовж навчального року практичних, теоретичних тестів та контрольних нормативів; III-IV курси (2 години) – секційні заняття з обраного виду спорту (волейбол, баскетбол, футбол, настільний теніс, атлетична гімнастика, спортивна аеробіка).

Кафедрою фізичного виховання залежно від особливостей фаху всі спеціальності університету, за якими ведеться підготовка фахівців поділено на чотири групи:

- техномічні спеціальності (людина – техніка);
- сигномічні спеціальності (людина – знакова система);
- соціометричні спеціальності (людина – людина);
- природничі спеціальності (людина – природа).

В дослідженні приймали участь студенти I-IV курсів які за станом здоров'я зараховані до основної та підготовчої медичної груп. Психолого-педагогічне дослідження проводилось в три етапи. На I етапі (перший курс) ставилися такі задачі: отримання первинної інформації (анкетування); отримання практичних показників по ЗФП (контрольні нормативи та тести). На II етапі (другий та третій курси): психолого-педагогічне спостереження; надання теоретичного матеріалу; отримання показників з ЗФП та ігрових видів спорту. На III етапі (четвертий курс): отримання підсумкової інформації про рівень професійно-прикладної фізичної підготовленості.

На лекціях з фізичного виховання студентів I курсу знайомили з тими якостями, які забезпечують успішне опанування професійними навичками. Надавалася інформація про способи діагностики загальної і спеціальної фізичної підготовленості і методичні матеріали з її визначення та оцінки.

На практичних заняттях проводилося тестування з загальної і спеціальної фізичної підготовленості, надавалася інформація про зміст і методику складання індивідуальних програм самостійних занять.

У позанавчальний час в університеті, як організовані заняття, студентам пропонувалися на вибір секції з легкої атлетики, баскетболу, атлетичної та ритмічної гімнастики, волейболу, настільному тенісу.

Усім студентам давалася психологічна настанова на досягнення нормативного рівня розвитку загально-фізичних і професійно-прикладних фізичних якостей, які сприяють загальному безпечному рівню фізичного здоров'я і успішному опануванню професійними навичками, тобто мета у всіх студентів була одна й та сама, а засоби і форми занять фізичними вправами, руховий режим були різними.

Також на першому етапі було проведено статистичне опитування в якому прийняло участь 186 респондентів – студентів першого курсу представників різних факультетів денної форми навчання. Зробивши аналіз отриманих даних (рис. 1) ми встановили, що головним (68%) на заняттях з фізичного виховання студенти вважають отримання заліку з фізичного виховання як одного з багатьох заліків в програмі навчання, на всебічний розвиток відведено 12% і рівний показник (10%) на виховання вольових якостей та підготовку до трудової діяльності.

На заключному етапі теж було проведено анкетування та встановлено, що головним на заняттях з фізичного виховання залишилося отримання заліку 49% але ця частка значно зменшилась, на підготовку до трудової діяльності – 32%, ця частка значно збільшилась, на всебічний розвиток – 18% і на виховання вольових якостей – 11% .

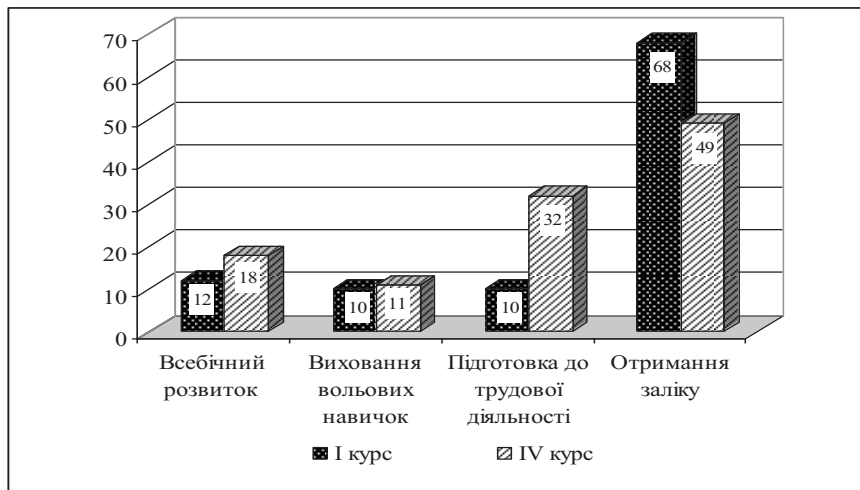


Рисунок 1 Порівняльні результати мотивації до занять з фізичного виховання студентів I та IV курсів ДДТУ

Відмінними характеристиками в умовах організації навчального процесу були: наявність методичних рекомендацій з тестування фізичної підготовленості і розрахунку індивідуальних нормативів; самостійний розрахунок індивідуальних нормативів фізичного розвитку і фізичної підготовленості; проміжні оцінки за семестр; оцінювання за навчальний рік за прогресом досягнень фізичної підготовки; написання рефератів з методики розвитку фізичних якостей; самостійне складання індивідуальної програми занять фізичними вправами. Необхідність вдосконалення та запровадження професійно-прикладної фізичної підготовки до системи освіти та сфери професійної праці визначається наступними причинами та обставинами. Час, витрачений на освоєння сучасних практичних професій та досягнення професійної майстерності в них продовжують залежати від рівня функціональних можливостей організму, що мають природну основу, від міри розвитку фізичних здібностей індивіда, різноманітності та досконалості набутих ним рухових умінь та навичок.

Перспективні тенденції загально-соціального та науково-технічного прогресу не звільняють людину від необхідності постійно вдосконалювати свої рухові здібності, а їхній розвиток в силу природних причин невід'ємний від фізичного вдосконалення індивіда.

Сутність основних задач, які вирішуються в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки, полягає в тому, щоб:

- поповнити та вдосконалити індивідуальний фонд рухових умінь, навичок та фізкультурно-основних знань, що сприяють освоєнню вибраної професійної діяльності, корисних та потрібних разом з тим в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки у якості її засобів [2];
- інтенсифікувати розвиток професійно важливих фізичних та безпосередньо пов'язаних з ними здібностей, забезпечити стійкість підвищеного на цій основі рівня дієздатності [1];
- підвищити ступінь резистентності організму відносно несприятливих впливів навколишнього середовища, в якому відбувається трудова діяльність, сприяти збільшенню його адаптаційних можливостей, збереженню та зміцненню здоров'я [4].
- сприяти успішному виконанню спільних задач, реалізованих у системі професійної підготовки кадрів, вихованню моральних, вольових та інших якостей, що характеризують цілеспрямованих, високоактивних членів суспільства.

У професійно-прикладній фізичній підготовці яскраво виражений цілісно акцентований вплив на розвиток рухових і тісно поєднаних з ними здібностей, що мають істотне значення для удосконалювання в професійній діяльності. Відповідно орієнтоване спортивне удосконалювання має прямий вплив на професійну діяльність, за умов якого предмет спортивної спеціалізації має значну спільність із професійною діяльністю як по операційному складу дій, так і по характеру здібностей, що виявляються. Саме це є визначальним при виборі професійно-прикладних видів спорту представниками тієї чи іншої професії.

Подальші кроки для підвищення рівня мотивації студентів до ППФП передбачають розробку:

- педагогічних умов ППФП студентів різних спеціальностей (форми організації занять, способи поєднання фізичних вправ різної спрямованості, послідовність застосування вправ, параметри фізичного навантаження, структуру заняття, етапи ППФП та їх тривалість, співвідношення ЗФП та СФП на етапах ППФП);
- дидактичного компоненту ППФП студентів різних спеціальностей (мета і завдання етапів ППФП, зміст і засоби фізичної підготовки у відповідності з метою і завданнями ППФП, методи формування загальних фізичних, спеціальних психофізіологічних і соціально-психологічних якостей).

Висновки:

1. При розробці відповідних педагогічних умов навчального процесу фізичного виховання з урахуванням формування мотивації досягнення, можливим є не тільки підвищення загального рівня фізичного здоров'я, але й рівня ППФП, яка сприяє успішному опануванню професійної діяльності.

2. Використані і наповнені відповідним змістом, навчальні і позанавчальні форми занять з фізичного виховання, такі, як – лекційні, методичні, практичні, секційні, спортивно-масові, стали інформаційною базою і умовами для розвитку і реалізації фізичних, психофізіологічних та соціально-психологічних якостей студентів.

3. Результати досліджень рухових тестів свідчать про більш інтенсивні зміни у фізичному розвитку та фізичній

підготовленості, що можна пов'язати з підвищенням мотивації до самовдосконалення у ППФП.

Перспективи подальших досліджень передбачають розробку педагогічних умов та дидактичного компоненту професійно-прикладної професійної підготовки студентів різних спеціальностей.

Література

1. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учеб. пособие / В.А.Бароненко, Л.А.Рапопорт. – М.: Альфа, 2010. – 336 с.
2. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учеб. пособие / М.Я.Виленский, А.Г.Горшков. – М.: Гардарики, 2007. – 218 с.
3. Дутчак М. Система залучення населення до рухової активності / М.Дутчак // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2007. №4. – С. 45-54.
4. Зайцев В.П. Формирование оздоровительной культуры студентов в специальном учебном отделении / В.П.Зайцев, С.И.Крамской. – Белгород: Изд-во БГТУ им. В.Г.Шухова, 2003. – 232 с.
5. Ильинич В.И. Физическая культура студента в жизни: Учебник / В.И.Ильинич. –М.: Гардарики, 2007. – 336 с.
6. Круцевич Т. Ю. Потребово-мотиваційний підхід до керування фізичним вихованням студентів. / Т. Круцевич, О. Подлесний // Теорія і методика фізичного виховання і спорту – науково-методичний журнал – № 2, 2008. – С. 69-73.
7. Куц О.С. Фізична активність та розумова працездатність студентів / О.С.Куц, О.В.Кузнецова // Молода спортивна наука України. – Львів: 2006. – Вип. 10. –Т.4. – с. 136-142.
8. Осипенко Т.В. Методичні вказівки з професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів. – К.: КНУБА, 2009. – 64 с.
9. Присяжнюк С.И. Физическое воспитание / С.И.Присяжнюк – К.: Центр учебной литературы, 2008. – 315 с.
10. Ячнюк Ю.С. Фізична підготовка як один із шляхів формування професійної надійності фахівця / Ю.С.Ячнюк // Молода спортивна наука України: [Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту]. – Львів: 2004. Вип. 8: Т. 4. – с. 401-403.

References

1. Baronenko V.A. Zdorov'ye i fizicheskaya kul'tura studenta: Ucheb. posobiye / V.A.Baronenko, L.A.Rapoport. – М.: Alfa, 2010. – 336 s.
2. Vilenskiy M.YA. Fizicheskaya kul'tura i zdorovyy obraz zhizni studenta: Ucheb. posibiye / M.YA.Vilenskiy, A.G.Gorshkov. – М.: Gardariki, 2007. – 218 s.
3. Dutchak M. Sistema zaluchennya naselennya do rukhovoї aktivnosti / M.Dutchak // Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya i sportu. – 2007. №4. – S. 45-54.
4. Zaytsev V.P. Formirovaniye ozdorovitel'noy kul'tury studentov v spetsial'nom uchebnom otdelenii / V.P.Zaytse, S.I.Kramskoy. – Belgorod: Izd-vo BGTU im. V.G.Shukhova, 2003. – 232 s.
5. Il'inich V.I. Fizicheskaya kul'tura studenta v zhizni: Uchebnyk / V.I.Il'inich. –М.: Gardariki, 2007. – 336 s.
6. Krutsevich T. YU. Potrebovo-motivatsiyniy pıdkhid do keruvannya fizichnim vikhovanniyam studentiv. / T. Krutsevich, O. Podlesniy // Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya i sportu – naukovy-metodichniy zhurnal – № 2, 2008. – S. 69-73.
7. Kuts O.S. Fizichna aktivnist' ta rozumova pratsezdatsnist' studentiv / O.S.Kuts, O.V.Kuznĕtsova // Moloda sportivna nauka Ukraini. – L'viv: 2006. – Vip. 10. –Т.4. – s. 136-142.
8. Osipenko T.V. Metodichni vказivki z profesiyno-prikladnoї fizichnoї pidgotovki studentiv vishchikh navchal'nikh zakladiv. – К.: KNUBA, 2009. – 64 s.
9. Prisyazhnyuk S.I. Fizicheskoye vospitaniye / S.I.Prisyazhnyuk – К.: Tsentru uchebnoy literatury, 2008. – 315 s.
10. Yachnyuk YU.S. Fizichna pidgotovka yak odin iz shlyakhiv formuvannya profesiynoї nadiynosti fakhivtsya / YU.S.Yachnyuk // Moloda sportivna nauka Ukraini: [Zb. nauk. prats' z galuzi fizichnoї kul'turi ta sportu]. – L'viv: 2004. Vip. 8: T. 4. – s. 401-403.

УДК 37.016.796.011.61

Філатова З.І., Євтушок М.В.
Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова, м. Київ

ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ЗАСОБАМИ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ

Останнім часом спостерігається тенденція щодо погіршення здоров'я студентської молоді. В даній роботі аналізуються технології, що сприятимуть розвитку фізичної працездатності та зміцненню здоров'я студентської молоді шляхом засвоєння ними навички плавати. Визначено ефективність упровадження технології розвитку фізичної працездатності засобами навчання плавання та динаміка змін у функціональному стані студентів.

Ключові слова: студенти ВНЗ, фізична працездатність, навчання плавання.

Філатова З.И., Евтушок М. В. Технологии развития физической работоспособности будущих учителей средствами обучения плавания. В последнее время наблюдается тенденция ухудшения здоровья студенческой молодежи. В данной работе анализируются технологии, способствующие развитию физической работоспособности и укреплению здоровья студенческой молодежи путем усвоения ими навыка плавания. Определена эффективность внедрения технологии развития физической работоспособности средствами обучения плаванию и динамика изменений в функциональном состоянии студентов.