

9. Onyshchenko N.P. Zdorov'iazberezhuvalni tekhnologii u systemi pidhotovky maibutnih uchyteliv do innovatsiinoi diialnosti / N.P. Onyshchenko, O.R. Lykhovyd. // Molodyi vchenyi. – 2016. – № 9. – С. 120-126.
10. Raevskiy R. T. Zdorove, zdoroviyi y ozdorovytelnyi obraz zhyzny studentov / R.T. Raevskiy. S.M. Kanyshevskiy; Pod obshch. red. R.T. Raevskoho. – O.: Nauka y tekhnika, 2008. – 556 s.
11. Tymoshenko O.V. Yak modernizuvaty natsionalnu systemu fizychnoho vykhovannia. Suchasnyi osvittii vymir / O.V. Tymoshenko, Zh.H. Domina // Osvita. – 2016. – Vyp. 15. – S. 6-8.
12. Khodynov V. Vliyanye zaniaty fizycheskym vospytanyem studentov na vozmozhnost prakticheskoho yspolzovannia poluchennykh znaniy y navykov dlia ukrepleniya zdorovia / V. Khodynov // Zbirnyk naukovykh prats Volynskoho derzhavnogo universytetu im. L. Ukrainky. – Lutsk, 2005. – S. 382-384.
13. Shchorichna dopovid pro stan zdorov'ia naselennia, sanitarno-epidemichnu sytuatsiiu ta rezultaty diialnosti systemy okhorony zdorov'ia Ukrainy. 2014 rk. – K.: DU «Ukrainskyi instytut stratehichnykh doslidzhen MOZ Ukrainy», 2015. – 260 s.

УДК 378.015.31 : 796.262 – 057.87

Ковальова Ю.А.
Центральноукраїнський державний педагогічний
університет імені Володимира Винниченка, м. Кропивницький

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СЕКЦІЇ ДАРТС ЗІ СТУДЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті представлені особливості проведення занять з фізичного виховання у секції дартс зі студентами, які відносяться за станом здоров'я до спеціальної медичної групи у закладах вищої освіти на прикладі кафедри фізичної культури і оздоровчої фізичної культури Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. В рамках робочої програми з фізичного виховання ЦДПУ були розроблені практичні заняття для студентів із відхиленнями в стані здоров'я. У статті розглянуті мета, завдання викладання навчальної дисципліни, представлені принципи побудови робочої програми, які визначили її зміст. Також зазначено, що повинен знати та вміти студент віднесений за станом здоров'я до спеціальної медичної групи після вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання у секції дартс».

Ключові слова: відхилення в стані здоров'я, спеціальна медична група, показання, фізичне виховання, фізичне навантаження, секція дартс.

Ковалева Ю.А. Особенности проведения занятий по физическому воспитанию в секции дартс со студентами специальной медицинской группы в заведениях высшего образования. В статье представлены особенности проведения занятий по физическому воспитанию в секции дартс со студентами, которые относятся по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу в заведениях высшего образования на примере кафедры физической культуры и оздоровительной физической культуры Центральноукраинского государственного педагогического университета имени Владимира Винниченко. В рамках рабочей программы по физическому воспитанию ЦДПУ были разработаны практические занятия для студентов с отклонениями в состоянии здоровья. В статье рассмотрены цели, задания преподавания учебной дисциплины, представлены принципы построения рабочей программы, которые определили ее содержание. Также отмечено, что должен знать и уметь студент, который по состоянию здоровья относится к специальной медицинской группе после изучения учебной дисциплины «Физическое воспитание в секции дартс».

Ключевые слова: отклонение в состоянии здоровья, специальная медицинская группа, показание, физическое воспитание, физическая нагрузка, секция дартс.

Kovaleva J. Features conduction of physical education classes in the darts section with students of a special medical group in higher education institutions. Physical education is an important means in the system of education and upbringing of young people, formation of their foundations of a healthy lifestyle, organization of active rest, development of physical and spiritual forces, rehabilitation and correction of health, development of positive moral and volitional qualities. Health is an integral qualitative characteristic of a person and a society that combines social, spiritual, psychic, physical components and gives a person a sense of inner harmony, well-being and overall satisfaction with life.

Taking into account the medical examinations of the students of our educational institution, we observe that more than 14% of students are exempt from physical activity and anymore 30% on the state a health pertain to special medical groups. The most common diseases include disorders of the cardiovascular system and musculoskeletal system (up to 80% of deviations), the respiratory system, the organs of vision, genitourinary, and May system. Therefore, the most important tasks of teachers of physical education is not only the methodological and theoretical involvement of the student in the educational process (writing essays), but also the concern for the health of young people, because it is a guarantee of cheerfulness, vivacity, full mental and physical development, that is, motivating them to participate in practical physical education classes. Therefore, taking into account the recommendations of the Ministry of Education and Science (No. 1 / 11-11291, dated October 30, 2017), our sports center for discharged physical activity organized a sports and recreation section of throwing of darts. The purpose of teaching the discipline "Physical education of throwing of darts" is - involving students in practical classes on physical education; learning to play and raising

interest in the game; expansion of students creative possibilities, increasing the level of versatility of logical thinking, development of attentiveness, autonomy, discipline.

Studying the course involves solving some problems (to teach students to play training and official throwing of darts games, adhere to the rules, to form skills to plan own actions, to develop tactics and strategy of actions); abilities (possession of basic racks and holding a dart, aiming technique and throwing darts in combination with breathing); knowledge (history of darts game development in the world and in Ukraine; terminology, basics of game tactics and strategies; basics of organizing and conducting darts competitions; to analyze situations and positions in a gaming environment, as well as to think logically in various unpredictable gaming circumstances).

The methodical recommendations of this article may be helpful in organizing the involvement for physical education of students who belong to a special medical group for health reasons or are exempt from physical activity.

Key words: deviation in health condition, special medical group, indications, physical education, physical activity, darts section.

Постановка проблеми. Фізичне виховання є важливою складовою у системі освіти та виховання молоді, формування у них основ здорового способу життя, організації активного відпочинку, розвитку фізичних та духовних сил, реабілітації та корекції здоров'я, розвитку позитивних моральних і вольових якостей [6, с.5]. Здоров'я є інтегральною якісною характеристикою особистості та суспільства, яка поєднує соціальний, духовний, психічний, фізичний компоненти і дає людині відчуття внутрішньої гармонії, благополуччя та загального задоволення життям [9, с.4].

Беручи до уваги данні медичних оглядів студентів Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка, ми спостерігаємо, що більше 14% студентів є звільненими від фізичних навантажень та більше 30% – за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи. До найбільш поширених захворювань належать порушення серцево-судинної системи і опорно-рухового апарату (до 80% відхилень), дихальної системи, органів зору, сечостатевої, травневої систем та ін. Тому найважливішими завданнями викладачів фізичного виховання є не тільки методично-теоретичне залучення студента до навчального процесу (написання рефератів), а й турбота про здоров'я молоді, адже воно є запорукою життєрадісності, бадьорості, повноцінного розумового та фізичного розвитку, тобто мотивування їх до участі у практичних заняттях з фізичного виховання.

Навчальна дисципліна "Фізичне виховання" у Центральноукраїнському державному педагогічному університеті імені Володимира Винниченка є позакредитною (виведена за межі навчального процесу), викладається на I-II курсах за секційною системою по бажанню (вибірковість вибору, відсутність заліку). Тому спостерігається тенденція зниження відвідування практичних занять у секціях на 30-50% у порівнянні із минулими роками, коли фізичне виховання було обов'язковим предметом у розкладі. Тобто відмова від традиційної форми проведення занять з фізичного виховання може привести не тільки до зниження рівня фізичної підготовленості, а й до збільшення відсотку студентів, які матимуть відхилення у стані здоров'я. Враховуючи рекомендації Міністерства освіти і науки, щодо забезпечення викладання фізичного виховання студентів (№1/9-454, від 25.09.15) [5, с.2], у нашому ЗВО з метою залучення студентів віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи та звільнених від фізичних навантажень не тільки до теоретично-методичного блоку, а й до практичних занять була організована спортивно-оздоровча секція з дартсу, яка працює за фіксованим розкладом у вільний від основних навчальних занять час (у другу зміну для студентів, які мають навчальні заняття в першій половині дня).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні наукові дослідження вітчизняних вчених Ю.А. Бріскіна, А.С. Вовканич, Г.В. Вольєвої, Г.А. Харабуга, Г.А. Єднак, С.Г. Заневського, І.І. Коробейнікова та інших науковців доводять, що фізична культура є одним із найважливіших факторів у формуванні, зміцненні та збереженні здоров'я людини. Аналізуючи стан фізичного здоров'я студентів, українські фахівці (Д.М. Анікєєв, 2012 [1]; М.Я. Віленський, А.Г. Горшков, 2007 [2] та ін.) стверджують, що серед більшої частини молоді не сформовано потреби піклуватися про власне здоров'я, тому зберігається тенденція до зниження його рівня, недостатньо сформована мотивація до занять фізичними вправами. Питання профілактики захворювань, відновлення, зміцнення та збереження здоров'я студентської молоді засобами фізичного виховання досліджували О.К. Александровська, Т.Я. Бєлей [5], Г.В. Волков, К.Л. Гейхман, В.П. Краснов, В.М. Платонов, С.І. Присяжнюк, М.О. Третьяков, В.С. Язловецький, Я.М. Яців [9], та інші. Розробленням навчальних програм у секціях з «дартсу» займаються тренери-викладачі дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та викладачі фізичного виховання (Н.А. Березинська [4], А.С. Грачов [3], В.І. Дубатовкін [4], Є.А. Ізотов, О.Б. Немцев, Ю.Д. Овчинников, Ю.М. Шилін [8] та ін.).

Метою роботи є розгляд особливостей проведення практичних занять у секції дартс зі студентами спеціальної медичної групи та повністю звільненими за станом здоров'я від фізичних навантажень.

Виклад основного матеріалу. Підвищення ефективності фізичного виховання студентів вимагає рішення ряду наукових проблем, пов'язаних з дослідженнями та науковим обґрунтуванням більш раціональних форм, способів і методів оптимізації їх стану здоров'я, фізичної працездатності. За останні десятиліття більш ніж в три рази збільшилася кількість студентів, які мають відхилення у стані здоров'я.

Згідно листа МОН № 1/9-582 від 31.08.09 року «Про організацію занять з дисципліни "Фізичне виховання" у ВНЗ України», для закладів вищої освіти, що забезпечують підготовку фахівців на освітньому рівні бакалавр, до циклу гуманітарних дисциплін за вибором студентів обов'язково включається дисципліна "Фізичне виховання" [7].

А відповідно до Інструкції про розподіл студентів на групи для занять з фізичного виховання, затвердженої наказом МОЗ та МОН від 20.07.2009 № 518/674, вони розподіляються на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи.

Студенти, незалежно від рівня фізичного розвитку та медичної групи, а також тимчасово звільнені від фізичних навантажень на підставі найрізноманітніших захворювань і патологій, підтверджених фахівцями в галузі медицини (медичній довідці), повинні бути обов'язково присутніми на заняттях. Тому до змісту дисципліни студентів, які звільнені від фізичних навантажень повинна приділяється особлива увага засобам для усунення відхилень в стані здоров'я та фізичного розвитку. Практичне заняття проводиться з урахуванням працездатності та функціональних можливостей студентів.

На підставі багаторічного світового досвіду гри в дартс медики дійшли висновку про широкі профілактичні можливості цього виду спорту для багатьох захворювань [3, 4, 9].

Під час зайняття в дартс гравці постійно знаходяться в русі, без перевантажень і не помітно для себе проходять по 2-3 кілометри, що цілком замінює біг підтюпцем для тих, хто не може змусити себе вийти на вулицю в спортивному костюмі. Гра в дартс значно покращує координацію рухів, осанку, стабілізує ритм дихання, роботу серцево-судинної системи. І усе це без всяких здалося б зусиль з боку того, хто займається, граючи. Було помічено, що навіть астматики під час гри перестають користуватися ліками, необхідними їм в повсякденності, оскільки, концентруючи свою увагу на дошку мішені, вони повністю забувають про все, і дихання нормалізується мимоволі. Забарвлення мішені, на пошуки якої медиками були витрачені роки, позитивно і заспокоїливо впливає на зір, а під час кидків гравці мимоволі виконують вправи, які сприяють зміцненню очного м'яза, багаторазово переводячи погляд з дротика на мішень. Позитивні емоції, що отримуються під час гри, допомагають зняти напругу нервової системи, викликану стресовими ситуаціями. Запам'ятовування варіантів ігрових комбінацій розвиває пам'ять і логічне мислення. Незаперечно також і психологічний тренінг, загартування волі, виховання характеру і т.п. Дартс – заняття цілком посильне і для людей з обмеженими можливостями, навіть тому у всьому світі все більше людей, з відхиленнями у здоров'ї, займаються дартсом.

Мета викладання навчальної дисципліни "Фізичне виховання у секції дартс" є – навчити студентів основам грати в дартс та виховувати інтерес до неї; підвищити рівень різнобічності логічного мислення та навичок швидкого підрахунку очків; розвиток уважності, самостійності, цілеспрямованості, дисциплінованості.

Вивчення курсу передбачає вирішення наступних **завдань**:

– навчити студентів раціонально виконувати кидок по мішені. Вивчення, закріплення, вдосконалення і підвищення варіативного виконання різноманітних технічних прийомів гри у дартс дотримуючись правил;

– оволодіння різними тактичними варіантами ведення гри, набуття ігрового досвіду і вдосконалення ігрового мислення; формувати вміння планувати власні дії, будувати тактику та стратегію дій;

– сприяти вихованню вміння взаємодії з партнером по грі (партнерській та конфліктній діяльності), контролювати ситуацію, спокійно реагувати на свої невдачі й позитивно ставитися до успіхів суперника;

– а також зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, психічних якостей та рухових здібностей студентів; підвищення рівня їхньої фізичної підготовленості, формування знань, вмінь і навичок здорового способу життя, дотримання особистої гігієни, загартування організму, запобігання травматизму.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

– основи гігієни, техніки безпеки та профілактики травматизму на заняттях з дартсу;

– класифікацію та термінологію гри;

– історію розвитку гри в дартс в світі та Україні;

– основи тактики та стратегії гри;

– різновиди тренувальних та офіціальних ігор; основи організації, проведення змагань з дартсу.

вміти:

– володіти основними стійками у грі дартс;

☑ оволодіння основами техніки кидка дротиків у поєднанні з диханням;

☑ володіти технічними та тактичними прийомами, які використовуються у грі дартс;

☑ бачити особисті помилки та помилки суперника та вміти їх виправляти;

☑ володіти ефективними додатковими засобами та прийомами підвищення працездатності та прискорення відновлення організму під час фізичної та розумової праці;

☑ використовувати засоби фізичної культури для збереження та зміцнення власного здоров'я та інших, оволодіння системою самоконтролю та самовиховання під час фізичних навантажень.

Основними формами та засобами навчання є:

1. Теоретичні заняття.

2. Практична гра.

3. Тренувальні та офіційні ігри.

4. Змагання між студентами, дорослими (викладачами та ін.), турніри.

Основні принципи побудови робочої програми, що визначили її зміст:

1. Принцип доступності, послідовності, системності викладу програмного матеріалу.

2. Принцип варіативності – формування вміння здійснювати власний вибір.

3. Принцип індивідуального та диференційованого підходу до студента – орієнтування на особистість, її вікові та індивідуальні особливості, врахування їх інтересів, потреб, можливостей та бажання.

4. Принцип творчості – процес навчання зорієнтований на набуття власного досвіду творчої діяльності.

5. Принцип відповідальності завданням сучасної вищої освіти.

Основні методи роботи.

Словесний метод: розповідь, бесіда, пояснення техніки стійок, хватки дротика, кидок, траєкторії польоту, наведення на ціль, аналіз результатів гри.

Наочний метод: використання ілюстрацій (малюнків, плакатів, мультимедійних технологій) із прикладами ведення гри, демонстрація або перегляд відеофільмів з грою відомих дартсменів.

Практичний метод: навчання техніці кидків, тренувальні ігри, вправи; проведення змагань, турнірів між студентами, викладачами.

Теми практичних занять

№ теми.	Назва теми	Кіл-сть годин
Розділ 1. Основи техніки і тактики гри у дартс		
Тема 1	Теоретична підготовка з основ гри у дартс. Зміст: 1.1. Історія виникнення дартсу. Розвиток дартсу як виду спорту. Словник термінів. 1.2. Правила загальної гігієни. Гігієнічні вимоги до одягу та взуття дартсменів. 1.3. Загальна та спеціальна фізична підготовка (комплекси вправ для розвитку координації рухів, гнучкості, силових та швидкісних якостей, витривалості, кмітливості). 1.4. Лікарський контроль і самоконтроль. Їх значення на тренувальному занятті. Перша допомога при травматизмі.	6
Тема 2	Короткі відомості про техніку гри у дартс. Зміст: 2.1. Навчання ігровим стійкам під час метання дротиків (відпрацювання індивідуальної стійки). 2.2. Початкове навчання способам тримання дротика: хватка, прицілювання. 2.3. Основи техніки кидка дротиків: фази кидка, відведення руки, розгинання ліктьового суглобу, випуск дротика, управління диханням. 2.5. Тренувальні ігри: «Набір очків», «Сектор 20».	8
Тема 3	Основи техніки гри. Зміст: 3.1. Повторення техніки кидка дротиків. Види хватів (точковий, площинний), підбір індивідуального хвату. 3.2. Фази і основні контрольні точки виконання кидка. 3.3. Положення ніг. Нахил тулуба. Положення голови, ліктя. Прицілювання і випуск дротика. 3.4. Розвиток сили м'язів плечового поясу (спеціальні вправи для розвитку кистьового кидка). 3.5. Тренувальні ігри: «Все по 3», «Діаметр», «Хокей». Офіційна гра «Крикет».	8
Тема 4	Робота по листу 25X25, облік числа влучень за 10 серій. Зміст: 4.1. Імітація кидків з різними вправами в поєднанні з поворотами, стрибками. Вправи на розвиток гнучкості лучезап'ястного суглобу кисті. Імітаційні вправи з подовженням часу на кожну фазу підготовки кидка. 4.2. Розвиток швидкісних якостей. 4.3. Розвиток витривалості. 4.4. Контроль - Робота по листу 25X25, облік числа влучень за 10 серій.	8
Разом годин розділ 1		30
Розділ 2. Основні тактичні дії гравців		
Тема 5	Фази і основні контрольні точки виконання кидка. Зміст: 5.1. Темп виконання кидків. Контроль дихання. 5.2. Фази і основні контрольні точки виконання кидка (по горизонталі, справа-наліво і зліва-направо, кидки в певні сектори мішені). 5.3. Комплекс гімнастичних вправ спрямованих на поліпшення постави. Релаксаційні вправи. 5.4. Розвиток гнучкості та сили лучезап'ястного суглоба, кисті. 5.5. Тренувальні ігри: «Діаметр», «Шанхай».	8
Тема 6	Вивчення техніки найпростіших кидків. Зміст:	8

	6.1. Розучування та імітація вихідних для кидків освоєних позицій - положення ніг, тулуба, положення руки по відношенню до тулуба, положення дротики, кисті, передпліччя, плеча. 6.2. Багаторазове повторення кидкового руху на різних швидкостях; 6.3. Офіційна гра «101», «170». 6.4. Розвиток спритності.	
Тема 7	Повторення техніки кидка дротиків. Зміст: 7.1. робота по листу 20X20, облік числа влучень за 10 серій 7.2. Тактика ведення гри «301» із закриттям в bull. Набір очок, вихід на дабл. 7.3. Проведення спеціальних ігор для розвитку витримки і концентрації. Набуття тактично-комбінаційних прийомів у турнірних змаганнях. 7.4. Розвиток витривалості.	6
Тема 8	Відпрацювання технічних елементів кидків. Зміст: 8.1. Фази підготовки до кидка, контрольні точки. 8.2. Тактика ведення гри «501» із закриттям в bull. 8.3. Для виховання чесності та порядності використання взаємного контролю під час підрахунку очок в дартс-іграх. 8.4. Розвиток силових якостей м'язів тулуба, рук та ніг – засобами статичних вправ.	8
Разом годин розділ 2		30
Розділ 3. Проблеми теорії та практичних дій гри в дартс		
Тема 9	Вдосконалення техніки кидків. Зміст: 9.1. Блок вправ зі збільшенням часу на підготовку кидка. 9.2. Блок вправ зі сходом з місця. 9.3. Пройти коло секторів: по 1 дротику у сектор; по 2 – у сектор; по 3 – у сектор. 9.4. Розвиток м'язів брюшного пресу.	8
Тема 10	Кучність і стабільність попадань. Зміст: 10.1. Блок вправ для роботи на кучність. 10.2. Блок ігрових завдань. 10.3. Утримати якомога більше влучень в: двох суміжних секторах, трьох суміжних секторах 10 хвилин, 20 хвилин. 10.4. Тренувальні ігри: «Все по 5», «Діаметр», «Хокей», «Циферблат».	8
Тема 11	Звільнити кисть під час кидка. Зміст: 11.1. Блок вправ з обмеженням часу на підготовку до кидка. 11.2. Блок вправ зі зміною дистанції. 11.3. Навчання різним видам кидка. 11.4. Розвиток спритності. 11.5. Турнірні ігри відкритої першості відділення.	8
Тема 12	Розвинути чутливість до випуску дротики з регуляцією швидкості. Зміст: 12.1. Вправи зі змінною дистанції під час кидка. 12.2. На мішень кріпиться аркуш паперу, на якому намальована коло діаметром 10см. Виконання кидків всередину кола, змінюючи після кожного кидка дистанцію (на крок вперед, з місця, на крок назад). 12.3. Пройти коло секторів по 1, 2, 3 дротики в мішень (в залежності від рівня підготовки), умови виконання як у темі 12.2. 12.4. Розвиток витривалості.	6
Разом годин розділ 3		30
Розділ 4. Стратегія і тактика гри у дартс. Практичний аналіз навчальних ігор		
Тема 13	Формування вміння точно визначати положення тіла щодо мішені. Зміст: 13.1. Блок вправ зі сходом з місця. 13.2. Списати через сектор 20, задане число очок одним дротиком (100 - 300). 13.3. Спортсмени грають між собою одним дротиком (101, 50 з закриттям в сектор). 13.4. Розвиток швидкісних якостей.	8

Тема 14	Удосконалення виконання кидка та вправи на розвиток сили м'язів кисті з тренажерами. Зміст: 14.1. Блок вправ зі змінною дистанцією. 14.2. Виконання кидків всередину кола, змінюючи після кожного кидка дистанцію (на крок вперед, з місця, на крок назад). 14.3. Всі п'ятірки + змінюючи після кожного кидка дистанцію (на крок вперед, з місця, на крок назад) 14.4. Розвиток сили м'язів плечового поясу.	8
Тема 15	Ігрові вправи у дартс. Зміст: 15.1. Освоєння гри у дартс «Набір очків». 15.2. Освоєння гри у дартс по парним та непарним секторам. 15.3. Освоєння гри у дартс «Раунд». 15.4. Розвиток швидкісної витривалості. 15.5. Турнірні ігри відкритої першості між факультетами ЗВО.	8
Тема 16	Робота в умовах змагальної обстановки. Зміст: 16.1. Аутогенні тренування та використання різноманітних ігор. 16.2. Освоєння гри у дартс «501», «701», «1001». 16.3. Освоєння гри у дартс «Крикет». 16.4. Загальна та спеціальна фізична підготовка (комплекси вправ для розвитку координації рухів, гнучкості, силових та швидкісних якостей, витривалості, кмітливості).	6
Разом годин розділ 4		30
Всього годин		120

Також наш заклад вищої освіти застосовує різного роду стимули для активної участі студентів денної форми навчання у заняттях з фізичного виховання. Зокрема:

1. Рейтинг. Врахування спортивної активності в рейтинговому оцінюванні освітніх, науково-дослідницьких та інноваційних досягнень учасників освітнього процесу, за тематикою, яка затверджена кафедрою фізичного виховання і оздоровчої фізичної культури.

2. Змагання. У разі розширення спектру університетських спортивних змагань (на рівнях країни, регіону, міста, вищого навчального закладу, факультету, інституту, студентського містечка тощо) постане можливість мотивувати більше студентів до регулярної організованої фізичної активності. Зазначені заходи можуть бути підтримані органами студентського самоврядування у самих різних формах, включаючи матеріальне стимулювання переможців.

Висновки. Збереження і зміцнення здоров'я, підвищення адаптаційних можливостей організму студентів, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи та звільнені від фізичних навантажень під час вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в період навчання у ЗВО є важливою її складовою, оскільки саме в цей період закладається фундамент успішності та довголіття майбутньої професійної діяльності молодих фахівців. Недоліком секцій є те, що один вибраний вид спорту як приклад ☒ дартс, шашки чи загально-фізична підготовка – не сприяє різносторонній підготовці студентів, яку давала традиційна дисципліна фізичне виховання, адже в програму входили різні види спорту (спортивні ігри, легка атлетика, гімнастика та ін.).

Перспективи подальших досліджень залежать від використання навчальної дисципліни «Фізичне виховання у секції дартс» як одного з засобів організації навчально-виховного процесу занять у закладах вищої освіти.

Література

1. Анікєєв Д.М. Рухова активність у способі життя студентської молоді : автореф. дис... канд. наук з фізичного виховання і спорту: спеціальність: 24.00.02 – «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». / Д.М. Анікєєв. – К., 2012. – 20с.
2. Віленський М.Я. Фізична культура і здоровий спосіб життя студента: навчальний посібник / М.Я. Віленський, А.Г. Горшков. – Видавництво : Гардарики, 2007. – 218 с.
3. Грачев А.С. Дартс как средство повышения двигательной активности студентов ВУЗов / А.С. Грачев, А.В. Ильин, Т.И. Школина // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – №3. – С.398.
4. Дубатовкин В.И. Дартс в практике преподавания физической культуры. Учебное пособие / Дубатовкин В.И., Березинская Н.А. – М.: ТВТ «Дивизион», 2015. – 128 с.
5. Лист Міністерства освіти і науки України від 25.09.2015 № 1/9-454 «Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах». [Електронний ресурс] – Режим доступу : https://osvita.ua/legislation/Vishya_osvita/47947/
6. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації / Укладач : Белєй Т.Я. – м. Берислав, 2018 р. – 52с.
7. Про організацію занять з дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ України / Інструктивний лист МОН № 1/9-582 від 31.08.09 р. [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://ministry@mon.gov.ua>.

8. Шилин Ю.Н. Теория и методика тренировки в дартс. / Ю.Н. Шилин, А.В. Каневкая. – М.: СпортАкадемПресс, 2014. – 120 с.
9. Яців Я.М. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації / Я.М. Яців, Ю.О. Полатайко, Е.Й. Лапковський, З.В. Дума, Л.Б. Маланюк, Г.О. Пятничук, А.В. Синиця, Л.А. Хохлова. – Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2012 – 47 с.

References

1. Anikieiev D. M. (2012). Rukhova aktyvnist u sposobi zhyttia studentskoi molodi [Motor activity as the part of students' life style] : avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu : 24.00.02 / D.M. Anikieiev. – K.
2. Vilenskyi M.Ya., Horshkov A.H. (2007). Fizychna kultura i zdorovyi sposib zhyttia studenta [Physical culture and healthy life style of a student] : navch. posib. / M.Ya. Vilenskyi, A.H. Horshkov – vydavnytstvo : Gardariki.
3. Hrachev A.S. (2015). Darts kak sredstvo povisheniia dvihatelnoi aktivnosti studentov VUZov [Throwing of darts as means of increase of motive activity of students of Institutions of higher learning] : A.S. Hrachev, A.V. Ilin, T.I. Shkolina // Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya.
4. Dubatovkin V.I. (2015). Darts v praktike prepodavaniya fizicheskoi kulturi. [Throwing of darts in practice of teaching physical cultures] : Uchebnoe posobie / V.I. Dubatovkin, N.A. Berezinskaya – M.: TVT «Divizion».
5. Lyst Ministerstva osvity i nauky Ukrainy vid 25.09.2015 № 1/9-454 «Shodo orhanizatsii fizychnogo vykhovannia u vyshchikh navchalnykh zakladakh». [In relation to organization of P.E in higher educational establishments] : [Elektronni resurs].
6. Osoblyvosti fizychnogo vykhovannia u spetsialnykh medychnykh hrupakh (2018). [Features of physical education are in special medical groups] : metodichni rekomendatsii / T. Ya. Byelyej ☒ Beryslav.
7. Pro orhanizatsiiu zaniat z dystsypliny Fizychno vykhovannia u VNZ Ukrainy (2009). [About organization of employments after discipline «Physical education» in the institute of higher of Ukraine] : [Elektronni resurs].
8. Shilin Yu.N. (2014). Teoriia i metodika trenirovki v darts [Theory and training methodology in throwing of darts] : Yu.N. Shilin, A.V. Kanevkaya. – M.: SportAkademPress.
9. Yatsiv Ya.M. (2012). Osoblyvosti fizychnogo vykhovannia u spetsialnykh medychnykh hrupakh [Features of physical education are in special medical groups]. Ivano-Frankivsk : Misto-NB.

УДК 796:378.015.31-057.87

Ковальчук Н.М.,
доцент,
Деделюк Н. А.,
канд. фіз. вих., доцент

Східноєвропейський національний університет ім. Лесі Українки, м. Луцьк

РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 014 "СЕРЕДНЯ ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)": З ДОСВІДУ РОБОТИ

Мета дослідження – оцінити ефективність впливу програми заходів спрямованих на розвиток творчих здібностей студентів факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки. Виявлено, що вчителі фізичної культури, які навчали теперішніх студентів, не підходили творчо до проведення уроків та інших спортивно-масових заходів і тим самим не спонукали учнів до прояву творчості. Була розроблена програма заходів спрямованих на те, щоб студент осягнув невичерпаний резерв у створенні нових, можливо комічних, ризикованих, оригінальних вправ засобами основної гімнастики. Динаміка розвитку творчих здібностей прослідковується з першого курсу. Відмінну і добру якість креативності показали 48,2% студентів першого курсу, на другому курсі таких студентів 66,5%, а після вивчення дисципліни "Музично-ритмічне виховання" кількість таких оцінок зросла у 70,2% студентів. Відсоток студентів, творчість яких оцінена на "задовільно" з кожним наступним роком знижується: 40,7% – 29,6% – 26%. Запропонована програма заходів позитивно вплинула на розвиток творчих здібностей студентів вибраної спеціальності.

Ключові слова: креативність, основна гімнастика, професійна діяльність, студенти, творчі здібності, фахівці фізичної культури та спорту.

Ковальчук Н.Н., Деделюк Н.А. Развитие творческих способностей студентов специальности 014 "Среднее образование (Физическая культура)" : из опыта работы. Цель исследования – оценить эффективность влияния программы мероприятий направленных на развитие творческих способностей студентов факультета физической культуры, спорта и здоровья Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Установлено, що учителя фізичної культури, котрі учили сьогоднішніх студентів, не підходили творчески к проведению уроков и других спортивно-массовых мероприятий и тем самым не побуждали учеников к проявлению творчества. Была разработана программа действий направленных на то, чтобы студент осмыслил неисчерпаемый резерв в создании новых, возможно комических, ризикованных, оригинальных упражнений из средств основной гимнастики. Динамика развития творческих способностей прослеживается с первого курса. Отличное и хорошее качество креативности показали 48,2% студентов первого курса, на втором курсе таких студентов 66,5%, а после изучения дисциплины "Музыкально-ритмическое воспитание" количество таких оценок возросло у 70,2% студентов. Процент