

3. Binetskyi D.O. (2019) Vykhovannia v molodshykh pidlitkiv prahnennia do samostiinosti u protsesi sportyvno-ihrovoi diialnosti : avtoref. dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.07 / D. O. Binetskyi. – K., 2019. – 22 s.
4. Kasich N. P. Tymchyk M. V. (2018). "The modern state of education of purposefulness of senior teenagers in physical and health activity". Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)- Iss. 3K (97). Pp. 235-239.
5. Kasich N.P. (2019). "Development of dedication to purpose in senior teenagers in the process of physical education and recreation activities". K. 21 p.
6. Pylypenko V.M. Tymchyk M. V. (2018). "Theoretical aspects of the physical education of cadet-student youth by means of football". Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports) Iss. 4 (98) 18. Pp.. 124–126.
7. Rubinshteyn S. L. Osnovy obschey psihologii [sost. K. A. Abulhanova-Slavskaya, A. V. Brushlinskiy] / S. L. Rubinshteyn. – M.: Pedagogika, 1989. – T. 1. – 1989. – 485 s.
8. Tymchyk M. V. Fizychnye vykhovannia pidlitkiv u pozaklasnii roboti zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv / M. V. Tymchyk, H. A. Kolomoiets, Yu. Ye. Dokukina. – Kirovohrad, Imeks-LTD. – 2014. – 242 s.
9. Tymchyk M.V. Fizychnye vykhovannia starshykh pidlitkiv u protsesi sportyvnykh ihor u zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladakh / M.V. Tymchyk // Suchasnyi vykhovnyi protses: sutnist ta innovatsiyni potentsial Materialy zvitnoi naukovy-praktychnoi konferentsii. – Ivano-Frankivsk, NAIR. – 2013. – S. 437-440.

**Медведева І.М.**

**доктор пед. наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова.**

**Радзівський В. П.,**

**доцент кафедри фізичного виховання і здоров'я**

**Національний медичний університет імені О.О. Богомольця.**

### **МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ ЗВО**

У статті розкрито особливості навчання студентів – медичних ВНЗ з урахуванням їх майбутньої професійної діяльності. Представлено визначену на основі аналізу та результатів проведених наукових досліджень структуру методики розвитку фізичної працездатності студентів – майбутніх лікарів на заняттях з фізичного виховання. Розкрито спрямованість та зміст навчального процесу з фізичного виховання майбутніх лікарів, який обумовлено соціальними вимогами та фізичною готовністю студентів до майбутньої професійної діяльності.

**Ключові слова:** структура, методика, складова, засоби, методи.

**Медведева И.М., Радзиевский В.П. Методика развития физической работоспособности студентов медицинских ВУЗов.** В статье раскрыты особенности обучения студентов медицинских ВУЗов с учетом их будущей профессиональной деятельности. Представлена определенная на основе анализа и результатов проведенных научных исследований структура методики развития физической работоспособности студентов - будущих врачей на занятиях по физическому воспитанию. Раскрыта направленность и содержание учебного процесса по физическому воспитанию будущих врачей, который обусловлен социальными требованиями и физической их готовностью к будущей профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** структура, методика, составляющая, средства, методы.

**Medvedeva I.M., Radzijevisky V.P. Methods of development of physical working students of medical higher education institutions.** The article describes the peculiarities of teaching students - medical universities with regard to their future professional activity, presents defined methodology structure of teaching the technologies of physical working capacity development of students - future physicians at physical education lessons, based on the analysis, generalization and results of scientific researches. Focus and content of the educational process on the physical education of future physicians is revealed, which is conditioned by social requirements and physical readiness of students for future professional activity.

Structure of the educational process of physical education of students - future physicians consists of the following components:

Motivational and target orientation is the main component of the learning process and includes goal, tasks, functions and direction of physical training of students, which promotes the formation of conscious attitude motivation to the educational process of physical education, its means and independent motor activity trainings, the desire to constantly improve physical culture - health and sports skills.

Organizational and content component is aimed to the introduction of physical culture and health technologies aimed at strengthening health, increasing physical fitness and physical capacity of students, forming and upbringing students for life. In addition, this component determines the criteria for selecting the means and forms of physical education.

Diagnostic component of the training method is directed to the regular monitoring and diagnostics of the level of formation of students of theoretical knowledge, practical skills and abilities, level of physical preparedness and physical efficiency.

For the medical students the importance of a health culture, healthy lifestyle, and harmonious development of the physical qualities greatly increases due to the studying process peculiarities and specifics of the future medical profession. Conducted scientific research analysis shows that the most important among physical qualities for professional activity of future doctor is

physical endurance, which provides low fatigue and high efficiency.

**Key words:** structure, methodology, component, means, methods.

**Актуальність.** Фізичне виховання в освітньому процесі вищих навчальних закладів, як складова загальної системи освіти, передбачає забезпечення основи та розвитку здоров'я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної працездатності, підготовку до активного життя і майбутньої професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості та оптимізації процесу навчання з використанням різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення [1,2,7,18].

Аналіз науково-методичної літератури, державних документів, що регламентують фізичне виховання студентів у вищих навчальних закладах свідчать про різке погіршення фізичного, психічного, розумового розвитку та фізичної працездатності серед студентської молоді. Незважаючи на проведення реформи вищої освіти, за останні роки методика проведення навчальних занять з фізичного виховання студентів суттєво не тільки не змінилась, але й погіршилась, її ефективність суттєво знизилась. Враховуючи низький рівень мотивації студентів до рухової активності та занять спортом, негативне та байдуже відношення з боку деяких керівників вузів до фізичного виховання, гостро постає питання про розробку нових форм організації навчального процесу з фізичного виховання студентської молоді та впровадження в нього відповідних сучасних технологій [7,11,14,15]. Доцільність дослідження обумовлена необхідністю підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів у вищих медичних навчальних закладах, яке має реалізовуватись переважно за умов упровадження сучасних технологій навчання в процес фізичного виховання студентської молоді з урахуванням їх майбутньої професійної діяльності. Урахування соціальної та педагогічної значущості проблеми, об'єктивної потреби в розвитку фізичної працездатності студентів-медиків, обумовили вибір мети представленої дослідження [19,20,21].

**Мета дослідження** полягає в теоретичному обґрунтуванні, розробленні та експериментальній перевірці ефективності методики розвитку фізичної працездатності майбутніх лікарів з урахуванням їх рівня фізичної підготовленості.

З метою визначення мотивації студентів до занять з фізичного виховання, особистого ставлення до активних занять руховою діяльністю і спортом проведено анкетування, в якому прийняли участь студенти I-II курсів медичних університетів [14,15,20].

**Результати дослідження.** Узагальнення результатів анкетування дозволило встановити, що переважна більшість студентів не мають протипоказань до активних занять фізичним вихованням та спортом, але серйозної уваги потребує питання щодо кількості студентів, які б активно та систематично відвідували спортивні секції та мали спортивну кваліфікацію і спортивні досягнення. Діагностика відношення студентів I-II курсів до відвідування занять з фізичного виховання дозволила встановити, що 48,2% студентів відвідують заняття із задоволенням, 43,2% студентів поки ще не визначились у своїй оцінці, а 8,6% студентів надали негативні відповіді. На наш погляд, такий розподіл відповідей пов'язаний із неналежним рівнем сформованості в них мотивації до занять з фізичного виховання та одноманітним характером їх проведення. Ця думка також підтверджується відповідями на питання стосовно відвідування студентами спортивних секцій. Із загальної кількості опитаних виявилось, що тільки 24% студентів відвідують спортивні секції, 76% не приділяють уваги заняттям фізичними вправами та спортом у поза навчальний час. Отримані дані свідчать про перевагу малорухливого способу життя, якому надає студентська молодь та її негативне ставлення до спорту, пов'язане в першу чергу, з неналежним відношенням в родині до здорового способу життя та рухової активності, нерозумінням оздоровчої цінності рухової діяльності людини протягом життя, а також незадовільним рівнем спортивно-масової роботи кафедри зі студентством. Результати проведеного анкетування серед студентів I-II курсів визначили головні питання, які потребують вирішення з метою суттєвого поліпшення навчально-виховного процесу з фізичного виховання. До них відносяться: внесення змін до навчальної програми з фізичного виховання, а саме до її теоретичного розділу [15,19,21]. Передбачається, що зміст теоретичних занять буде полягати у формуванні знань у студентів про здоровий спосіб життя, стан здоров'я, компоненти фізичного здоров'я: фізичний розвиток, фізичну підготовленість, рухову активність, фізичну працездатність та фізичну форму. Це дозволить сприяти не тільки розвитку вищезазначених компонентів фізичного здоров'я на заняттях з фізичного виховання, секційних заняттях з різних видів спорту, самостійних заняттях фізичною культурою та спортом, під час активного проведення відпочинку та дозвілля, але й буде допомагати підвищенню рівня мотивації у студентів до рухової активності.

Використання в навчально-виховному процесі з фізичного виховання засобів аеробної спрямованості потребують впровадження відповідних методів медико-біологічного контролю, які дозволять викладачам спостерігати за станом фізичного здоров'я студентів. Отримані дані проведеного кореляційного аналізу свідчать про наявність нервово-емоційних стресів та зниження рухової активності студентів I-II курсів, які виступають основною причиною незадовільної динаміки фізичної підготовленості студентів за час їх навчання у вузі. В умовах фізичної бездіяльності фізична працездатність та фізична готовність майбутнього спеціаліста до трудової майбутньої діяльності суттєво зменшується, що в результаті не призводить до успішного виконання обраного виду професійної діяльності [3,16,21].

При визначенні структурних складових методики навчання технологій розвитку фізичної працездатності нами були враховані наступні методичні положення побудови навчально-виховного процесу з фізичного виховання, а саме: обґрунтоване планування та спрямованість навчального процесу, взаємозв'язок та єдність теоретичної, методичної та практичної підготовки студентів з урахуванням їх стану здоров'я, дотримання доступного рівня труднощів при проведенні занять з фізичного виховання та плануванні фізичних навантажень, набуття рухових навичок та якісне опанування технікою фізичних вправ, забезпечення високого рівня мотивації студентів до занять з фізичного виховання та намагання до максимальної активності студентів під час їх проведення, поєднання колективної та індивідуальної фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів, впровадження сучасних технологій в навчальний процес та забезпечення його якісним спортивним

інвентарем. Авторська комплексна диференційована програма розвитку фізичної працездатності майбутніх лікарів включає в себе оздоровчі технології аеробної спрямованості, побудована з урахуванням рівня фізичної підготовленості студентів і є структурною складовою запропонованої методики навчання з фізичного виховання [20,2].

Направленість навчального процесу з фізичного виховання обумовлена метою та завданнями сучасної системи фізичного виховання. Мотиваційно-цільова складова є головною, системоутворюючою процесу навчання та включає в себе мету, завдання, функції та спрямованість фізичної підготовки студентів. Організаційно-змістовна складова спрямована на впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій, направлених на зміцнення здоров'я, підвищення фізичної підготовленості та фізичної працездатності студентів, формування і виховання студента до життєдіяльності [14, 15, 19].

Таблиця 1.

Для студентів із задовільним рівнем фізичних можливостей:

|       |  |  |  |   |  |
|-------|--|--|--|---|--|
| 1.    | Ходьба   | Дистанція – 3,2км;<br>тривалість -30хв   | ---  | Щотижневе поступове підвищення навантаження (мікроцикл складається з 2-х занять). | Рівномірний безперервний   |
| 2 (а) | Чоловіки – легкоатлетичний біг   | Довжина дистанції від 200м до 1400м, обсяг бігу від 2000 до 2800м; швидкість бігу від 1,9 до 3,1 м/с; Пульс у межах 145 – 155 уд/хв  | Перехід на ходьбу до відновлення пульсу 105-110 уд/хв. | Щотижневе поступове підвищення навантаження (мікроцикл складається з 2-х занять). | МСК = 31 – 39 мл/хв./кг; Біг з рівномірною швидкістю; Метод повторно-інтервальної вправи |
| 2 (б) | Жінки – легкоатлетичний біг.   | Довжина дистанції від 200м до 1000м, обсяг бігу від 1200 до 1600м; швидкість бігу від 1,4 до 2,4 м/с; Пульс у межах 135 – 150 уд/хв; | Перехід на ходьбу до відновлення пульсу 106-110 уд/хв. | Щотижневе поступове підвищення навантаження (мікроцикл складається з 2-х занять). | МСК= 26 – 35 мл/хв./кг; Біг з рівномірною швидкістю; Метод повторно-інтервальної вправи  |
| 3.    | Оздоровчий біг   | Довжина дистанції –4,0 км, тривалість 26 хв. Пульс у межах 130-145 уд/хв.  | ---  | Мікроцикл складається з чотирьох занять.  | Рівномірний безперервний   |
| 4(а)  | Чоловіки -біг у безперервному русі зі зміною швидкості на окремих ділянках руху.   | Довжина дистанції -3,6 км, тривалість 24 хв. Зміна швидкості через 5 хв., утримуюча швидкість 1,5 хв. Пульс у межах 145-155уд/хв.    | Перехід на ходьбу до відновлення пульсу 110-112 уд/хв. | Мікроцикл складається з чотирьох занять.  | Фартлек або метод гри швидкостей.  |
| 4(б)  | Жінки-біг у безперервному русі зі зміною швидкості на окремих ділянках руху.   | Довжина дистанції -1,4 км, тривалість 10 хв. Зміна швидкості через 5 хв., утримуюча швидкість 1,0 хв. Пульс у межах 140-150уд/хв.    | Перехід на ходьбу до відновлення пульсу 112-114 уд/хв. | Мікроцикл складається з чотирьох занять.  | Фартлек або метод гри швидкостей.  |
| 5.    | Елементи оздоровчого хортингу. Пересування у лівосторонній, правосторонній та фронтальній стойці   | 1.Виконують 8 - 10 повторень в одній серії; 2.Виконують 3-4 повторення реглам. роботи, 1-3 серії. Пульс 145-150 уд/хв.               | 1) Повторення через 10-15с. 2) Між станціями - ходьба  | Мікроцикл складається з чотирьох занять.  | Інтервальний метод. Кругове тренування   |
| 6.    | Стрибкові вправи в русі та на місці  | Виконують 12-14 стрибків, 3-5 серій. Пульс 140-150 уд/хв.  | Повторення серій через 1,5-2,0 хв. відпочинку          | Мікроцикл складається з двох занять   | Інтервальний метод.  |
| 7.    | Базові кроки та їх варіанти, стилізовані форми бігу у поєднанні з рухами руками, підскоки, стрибки.  | Тривалість вправи 15-20 хв. 3-5 вправ на кожному м'язів, утримання 20-30с. Пульс 140-145 уд./хв.                                     | Музичний супровід відповідно до обраного стилю.        | Мікроцикл складається з двох занять.  | Рівномірний безперервний.  |
| 8.    | Загальнозміцнюючі силові вправи виконуються стоячи біля опори та в партері (вправи для верхнього плечового поясу, пресу, спини, ніг). Додатково використовуються | 6-8 вправ по 6-8 повторів. Пульс 140-145 уд./хв.   | Повторення серій через 1,5-2,0 хв.                     | Мікроцикл складається з двох занять.  | Інтервальний метод.  |

|        |   |   |   |   |   |
|--------|---|---|---|---|---|
|        | предмети (гантелі, гумові стрічки).   |   |   |   |   |
| 9.     | Комплекс силових вправ на основні групи м'язів із використанням спортивного інвентаря (амортизатору, гантелей, грифу, скакалок, набивних м'ячів). Між серіями вправ виконуються базові кроки з аеробіки, переміщення, приставні кроки, стрибки, біг на місці. | Виконують по 5-6 вправ на кожну групу м'язів. Пульс 140-150 уд./хв  | Музичний темп від 120 до 132 акцентів /хв. Повторення серій через 2-2,5 хв. | Мікроцикл складається з чотирьох занять.  | Метод інтервального тренування, метод строго регламентованих вправ. |
| 10.    | Скандинавська ходьба  | Тривалість вправи 60хв. Темп повільний. Пульс 140-150 уд./хв.   | —   | Щотижневе поступове підвищення навантаження (мікроцикл складається з 2-х занять). | Рівномірний безперервний.   |
| 11.    | Скандинавська ходьба по пересіченій місцевості. Вгору та вниз.  | Тривалість вправи 20-25 хв. Вгору виконувати вправу у швидкому темпі, 3-4 серії.                                    | Повторення серій через 1,5-2,5 хв.  | Мікроцикл складається з чотирьох занять.  | Інтервальний метод.   |
| 12.    | Підйом нагору з палицями стрибками, спускатись вниз бігом. Схил висотою 40-60 см.   | Тривалість вправи 15 - 20 хв. Вгору виконувати вправу у швидкому темпі. Виконувати 3-4 серії. Пульс 140-150 уд./хв. | Повторення серій через 1,5 -2,5 хв.   | Мікроцикл складається з чотирьох занять.  | Інтервальний метод.   |
| 13 (а) | Велокрос - чоловіки   | Тривалість вправи 1 год. Дистанція 30 км; Пульс 140-150 уд./хв.   | —   | Мікроцикл складається з двох занять.  | Рівномірний   |
| 13 (б) | Велокрос-жінки  | Тривалість вправи 30-40 хв. Дистанція 7-8 км; Пульс 145-150 уд./хв.   | —   | Мікроцикл складається з двох занять.  | Рівномірний   |
| 14.    | Фігурне водіння велосипеда – змійка між стійками, коло, вісімка, перенесення предмету, зигзаг, змійка між фішками.  | По 5-6 вправ на кожну групу м'язів, 6-8 повторів у кожній серії, 3-4 серії. Пульс 140-150 уд./хв.                   | Повторення серій через 2-3 хв.  | Мікроцикл складається з двох занять.  | Інтервальний метод.   |
| 15.    | Імітація захисних і атакуючих дій, удари та блоки руками й ногами   | По 5-6 вправ ,6-8 повторів у кожній серії, 3-4 серії. Пульс 140-150 уд./хв.   | Повторення серій через 2-3 хв.  | Мікроцикл складається з двох занять.  | Інтервальний метод.   |

Направленість навчального процесу з фізичного виховання обумовлена метою та завданнями сучасної системи фізичного виховання. Мотиваційно-цільова складова є головною, системоутворюючою процесу навчання та включає в себе мету, завдання, функції та спрямованість фізичної підготовки студентів. Організаційно-змістовна складова спрямована на впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій, направлених на зміцнення здоров'я, підвищення фізичної підготовленості та фізичної працездатності студентів, формування і виховання студента до життєдіяльності[14,15,19].

Процесуально-діяльнісна складова включає в себе впровадження запропонованих методів, застосування відповідних організаційних форм і засобів фізичного виховання. Зміст цієї складової передбачає засвоєння студентами теоретичних знань, формування рухових дій, умінь та навичок. Діагностична складова методики навчання спрямована на регулярний моніторинг та діагностику рівнів сформованості у студентів теоретичних знань, практичних умінь та навичок, рівня фізичної підготовленості та фізичної працездатності. Рівні сформованості знань, умінь та навичок диференціювались на високий (170-200 балів, «А» – оцінка «відмінно»), добрий (140-169 балів, «В, С» – оцінка «добре»), задовільний (120-139 «Д, Е» – оцінка «задовільно») та незадовільний рівень (нижче 139 балів, оцінка «незадовільно»).

У результаті впровадження створеної методики у студентів, які входили в склад експериментальної групи, виявлені наступні позитивні зміни, що характеризують рівень їх функціонального стану під впливом систематичних навантажень (рис. 2): показники індексу Руф'є покращились у 65% студентів, практично не змінилися у 28% студентів, погіршилися лише у 7% студентів. За показниками тесту 6 хв. ходьби, які характеризують функціональний клас серцевого стану студентів експериментальної групи, отримані такі результати: покращились показники у 67% студентів, з них «дуже високий» клас функціонального стану отримали 15,2% студентів, висока оцінка була виявлена у 48% студентів, результат «вище норми» показали 8,6% студентів, «норма» визначена у 4,3% студентів. Не змінилися результати у 25%, погіршення результатів відбулось у 8% студентів. Результати формувального етапу засвідчують позитивний вплив авторської комплексної



диференційованої програми, спрямованої на розвиток фізичної працездатності, що побудована на основі урахування рівнів фізичної підготовленості студентів. В експериментальній групі результати стрибків на скакалці покращились у 65% студентів, залишились на однаковому рівні у 20% студентів, погіршились у 15% студентів. Відносно силової витривалості, у студентів експериментальної групи результати у згинанні та розгинанні рук покращились у 59% студентів, не змінилися у 26% студентів, погіршились у 15,2% студентів[20,21].

Порівняльний аналіз результатів констатувального та формувального етапів експерименту в експериментальній групі після застосування запропонованої методики, свідчать про їх позитивну динаміку, а саме: ступінь функціонального стану студентів, яку обумовлюють результати індексу Руф'є та 6-хвилинного тесту ходьби покращились на 65% та 67% відповідно ( $p \leq 0,01$ ); загальна витривалість на 61% ( $p \leq 0,001$ ); швидкісна витривалість на 65% ( $p \leq 0,01$ ); силова витривалість на 59% ( $p \leq 0,01$ ), які визначають рівень розвитку фізичної працездатності студентів експериментальної групи [19,20,21].

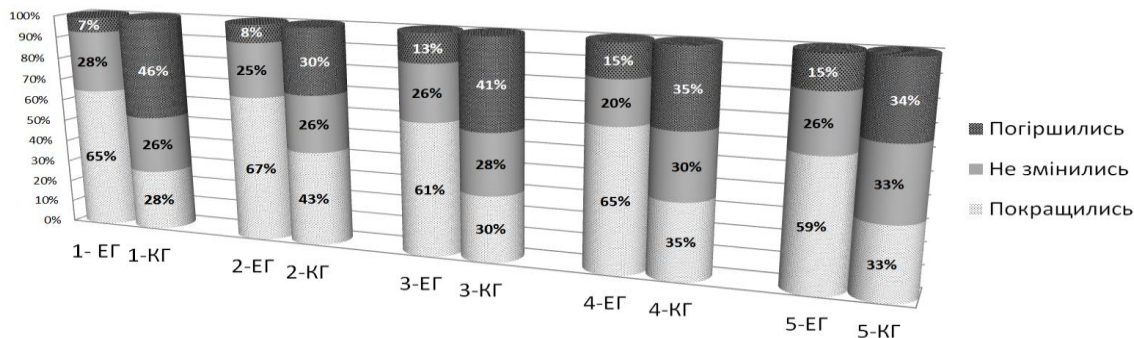


Рис. 1. Динаміка досліджуваних показників студентів експериментальної та контрольної груп: 1-2 – проба Руф'є; 3-4 – ходьба 6 хв.; 5-6 – біг (чоловіки та жінки); 7-8 – стрибки на скакалці; 9-10 – згинання та розгинання рук в упорі лежачи

**Висновки.** Таким чином, експериментальне дослідження довело, що впровадження усіх системоутворювальних компонентів розробленої методики розвитку фізичної працездатності на основі урахування рівня фізичної підготовленості майбутніх лікарів сприяло її підвищенню.

Результати проведеного дослідження та їх впровадження стануть в нагоді студентам та викладачам вищих медичних та педагогічних вузів, учителям загальноосвітніх шкіл, тренерам спортивних шкіл.

#### Література

1. Башавець Н.А. Формування культури здоров'язбереження студентів під час занять з фізичного виховання / Н.А. Башавець // Фізичне виховання в школі. - 2011. - № 4. - С. 21-24.
2. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — М. : КНОРУС, 2012. - 231с.
3. Власов Г.В. Фізичне виховання як основа професійного становлення фахівців медичних закладів / Г.В. Власов // Науковий журнал Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2010. - №1. – С. 29-32.
4. Волков В. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : [навчальний посібник] / В. Волков. – К.: Освіта України, 2008. – 256 с.
5. Гаркуша С.В. Структура та функції здоров'язбережувальних технологій / С.В. Гаркуша // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія. - 36. Статей.- Ялта: РВВ КГУ, 2014. - Вип. 43. - Ч.2. - С. 59-64.
6. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів / Г. П. Грибан. – Житомир: Вид-во Рута, 2009. – 593 с.;
7. Грибан Г.П. Методична система фізичного виховання студентів аграрних університетів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук : спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / Г.П. Грибан. – Київ, 2013. – 40 с.
8. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / [за ред. М.Д. Зубалія]. – К., 1997. – 36 с.
9. Заплата О.А. Роль физического воспитания в подготовке студентов вуза к будущей профессиональной деятельности: автореф. дис. на соискание научной степени канд. пед. наук: спец. 13.00.08 "Теория и методика профессионального образования" / О.А. Заплата. - Кемерово, 2007. - 24с.
10. Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей : учебное пособие [для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта] / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – Киев : ТОВ "Поліграф-Експрес", 2005. – 195 с.
11. Кузнецова О.Т. Методика підвищення розумової і фізичної працездатності студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: Метод. посібник / О.Т. Кузнецова, О.С. Куц. – Л: НВФ „Українські технології”, 2005. – 175с.
12. Мандриков В.Б. Физические качества человека. Выносливость и быстрота. Методы развития и контроля. : метод. рекомендации / В.Б. Мандриков. - Волгоград, 2014. - 10с
13. Медведєва, І. М. Теоретичні та методичні основи навчання технологій оздоровчої спрямованості в системі фізичного виховання студентів ВНЗ / І. М. Медведєва, В. П. Радзівський, І. В. Новікова // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. - Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. - Вип. 10 (80) 16. - С. 67-72.

14. Медведєва І. М. Сучасні і традиційні засоби аеробної спрямованості в системі фізичного виховання студентів медичних ВНЗ. / І. М. Медведєва, В. П. Радзієвський // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Вип. 147. Том. І. Чернівці: ЧНПУ, 2017. С. 323-328.
15. Медведєва Ірина, Теоретичний аналіз проблеми фізичного виховання студентів медичних ВНЗ з урахуванням особливостей їх майбутньої професійної діяльності / Ірина Медведєва Віктор Радзієвський. // Гірська школа Українських Карпат. Наукове видання з педагогічних наук. Державний вищий навчальний заклад «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. Випуск 17. 2017. С. 129-137.
16. Носко М. О. Вища педагогічна освіта і наука України: історія, сьогодення та перспективи розвитку. Чернігівська область / Носко М. О., Дятлов В. О. / ред. рада вид.: В. Г. Кремень (гол.) [та ін.]; редкол. тому: М. О. Носко (гол.) [та ін.]. – К.: Знання України, 2012. – 149 с.
17. Носко М. О. Формування свідомого ставлення молоді до вимог здоров'я в системі позашкільної освіти / М. О. Носко, І. М. Медведєва // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Чернівці: ЧНПУ, 2011. – № 86. Том II. – С. 226-330.
18. Радзієвський В. П. Визначення структурних складових методики навчання технологій розвитку фізичної працездатності студентів ВНЗ – майбутніх лікарів. // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Випуск 7 (89) 17. К. 2017. С. 23-28.
19. Радзієвський В. П. Комплексна програма розвитку фізичної працездатності студентів-майбутніх лікарів як складова навчальної дисципліни «Фізичне виховання» (з елементами оздоровчого хортингу). Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. К.: Паливода А. В., 2017. Вип. 7. С. 33-38.
20. Радзієвський В. П. Методика навчання майбутніх лікарів технологій розвитку фізичної працездатності: автореф. дис. на здобуття ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / В. П. Радзієвський – Чернівці, 2017. – 20 с.
21. Теория и методика физического воспитания: учебник [для студентов вузов физического воспитания и спорта]: в 2-х т. / под ред. Т. Ю. Кривич. – К., 2003. – Т. 1. – 424 с.

#### References

1. Bashavetz N.A. (2011) Formuvannya kultury zdorov'yazberezheniya studentiv pid chas zanyat z fizychnogo vukhovannya. Fizychnye vukhovannya v shkoli. No. 4. P.21-24. (in Ukrainian).
2. Vilenskiy M.Ya. Gorshkov A.G. (2012) Fizicheskaya kultura i zdorovyiy obraz zhizni studenta: uchebnoye posobie. KNORUS, 231 p. (in Russian).
3. Vlasov G.V. (2010) Fizychnye vykhovannya yak osnova profesiynoho stanovlennia fakhivtsiv medychnykh zakladiv. Naukovyi zhurnal Pedahohika, psykhohohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. – Kharkiv: No.1. Pp. 29-32. (in Ukrainian).
4. Volkov V. (2008) Osnovy teorii ta metodyky fizychnoi pidhotovky studentskoi molodi: [navchalnyi posibnyk] K. Osvita Ukrainy, 256 p.
5. Harkusha S.V. (2014) Struktura ta funktsii zdoroviazberezhuvalnykh tekhnolohii. Problemy suchasnoi pedahohichnoi osvity. Ser.: Pedahohika i psykhohohiia. Yalta. Vol. 43. Pp. 59-64. (in Ukrainian).
6. Hryban H. P. (2013) Zhyttiedialnist ta rukhova aktyvnist studentiv Zhytomyr: Vyd-vo Ruta, 593 p. (in Ukrainian).
7. Hryban H.P. (2013) Metodychna systema fizychnoho vykhovannya studentiv ahramykh universytetiv [Methodological system of agrarian universities students physical education]. Kyiv. 40 p. (in Ukrainian).
8. Derzhavni testy i normatyvy otsinky fizychnoi pidhotovlenosti naselennia Ukrainy / [za red. M.D. Zubaliia]. – K., 1997. – 36 s. (in Ukrainian).
9. Zaplatina O.A. (2007) Rol fizicheskogo vospitaniya v podgotovke studentov vuza k buduschey professionalnoy deyatel'nosti [The role of physical education in preparing university students for future professional activities] Kemerovo, 24 p. (in Russian).
10. Krutsevich T. Yu., Vorobev M. I. (2005) Kontrol v fizicheskom vospitanii detey, podrostkov i yunoshey: uchebnoye posobie [Control in the physical education of children, adolescents and youths: a training manual] Kiev: TOV "Poligraf-Ekspres". 195 p. (in Russian).
11. Kuznetsova O.T., Kuts O.S. (2005). Metodyka pidvyshchennia rozumovoi i fizychnoi pratsezdatsnosti studentiv z nyzkym rivnem fizychnoi pidhotovlenosti: Metod. Posibnyk. Lviv. 175 p. (in Ukrainian).
12. Mandrikov V.B. (2014). Fizicheskie kachestva cheloveka. Vyinoslivost i byistrota. Metody razvitiya i kontrolya. : metod. Rekomendatsii. Volgograd. 10 p. (in Russian).
13. Medvedieva I. M., Radzievskyi V. P., Novikova I. V. (2016) "Theoretical and methodological foundations of wellness orientation learning technologies in the system of physical training of students in higher education". Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov Universit. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports) Iss. 3K (80) 16. Pp. 67-72. (in Ukrainian).
14. Medvedieva I. M., Radzievskyi V. P. (2017). "Modern and traditional means of aerobic orientation in the system of physical education of medical universities students". Scientific Journal Bulletin of the T.H. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium" Iss. 147. T. I. Pp. 323-328. (in Ukrainian).
15. Medvedieva Iryna, Radzievskyi Viktor. (2017). "Theoretical analysis of the problem of physical education of medicine students: peculiarities of future professional activity". Mountain School of Ukrainian Carpaty. Iss. 17. Pp. 129-137. doi: 10.15330/msuc.2016.15.119-122

16. Nosko M.O., Diatlov V.O. (2012) "Higher Pedagogical Education and Science of Ukraine: History, Present and Prospects for Development. Chernihiv region". [Vyshcha pedahohichna osvita i nauka Ukrainy: istoriia, sohodennia ta perspektyvy rozvytku. Chernihivska oblast]. K.: Znannia Ukrainy. 149 p. (in Ukrainian).
17. Nosko M.O., Medvedieva I.M. (2011). "Forming of young people conscious attitude to their own health in the system of extra school education". Scientific journal Bulletin of the T.H. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium" Iss. 86. T. II. Pp. 226-330. (in Ukrainian).
18. Radziievsky V.P. (2017). "Definition of structural components of teaching technology of physical development disability of students of higher education - future doctors". Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov Universit. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports) Iss. 7 (89) 17. . S. 23-28. (in Ukrainian).
19. Radziievsky V. P. (2017). Kompleksna prohrama rozvytku fizychnoi pratsezdatsnosti studentiv-maibutnikh likariv yak skladova navchalnoi dystsypliny «Fizychne vykhovannia» (z elementamy ozdorovchoho khortynhu). Teoria i metodyka khortynhu. K. Iss. 7. Pp. 33-38. (in Ukrainian).
20. Radziievsky V. P. (2017). "Methodology of training future physicians of technologies for the development of physical ability to work" Chernihiv. 20 p. (in Ukrainian).
21. Theory and methodology of physical education: a textbook [for university students of physical education and sports [Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya : uchebnik]. red. T. Yu. Krutsevich. K., 2003. 424 p. (in Russian).

УДК 378.147

**Мирошніченко В.О.**  
**викладач кафедри фізичного виховання**  
**Національний університет біоресурсів і природокористування України**

#### **КРИТЕРІЇ ТА ПОКАЗНИКИ СФОРМОВАНOSTІ ПРОФЕСІЙНО- ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

*У статті висвітлено та обґрунтовано критерії і показники професійно-прикладної фізичної підготовленості студентів. На основі теоретичного аналізу наукової літератури та методу експертних оцінок було визначено мотиваційний, теоретичний, практичний та рефлексивний критерії, які враховують зміст компонентів структури професійно-прикладної фізичної підготовки студентів аграрних закладів вищої освіти. Визначено, що фізичне виховання студентів має залежати від специфічного характеру їхньої майбутньої професійної діяльності.*

**Ключові слова:** професійно-прикладна фізична підготовка, критерій, студенти, фізичне виховання.

**Мирошніченко В. А. Критерии и показатели сформированности профессионально прикладной физической подготовленности студентов аграрных высших учебных заведений.** В статье освещены и обоснованы критерии и показатели профессионально-прикладной физической подготовленности студентов. На основе теоретического анализа научной литературы и метода экспертных оценок были определены мотивационный, теоретический, практический и рефлексивный критерии, учитывающие содержание компонентов структуры профессионально-прикладной физической подготовки студентов аграрных высших учебных заведений. Установлено, что физическое воспитание студентов должно зависеть от специфического характера их будущей профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** профессионально-прикладная физическая подготовка, критерий, студенты, физическое воспитание.

**Myroshnichenko V.O. Criteria and indicators of the formation of professionally applied physical fitness of students of agricultural higher educational institutions.** This article focuses on analyzing the criteria and indicators by which you can determine the level of professional and applied physical training of future agribusiness professionals.

The orientation of vocationally applied physical training of students of agrarian higher educational establishments is determined by the requirements that put to their physical and psychophysiological preparedness and the possibilities of realization of these requirements in the process of physical education training and conducting mass sports.

Students, as future professionals who actively influence the future of the state, should not only have a high level of professional readiness, but also be physically enduring, able-bodied and healthy.

A large amount of their daily and weekly workload leads to a systematic accumulation of fatigue, decreased activity, and, accordingly, a tendency to deteriorate the health of students enrolled in various educational institutions, including agricultural educational institutions.

The use of various types of physical activity in the educational process of farmers will contribute to the prevention of diseases, increase of working capacity, increase of life expectancy, organization of leisure activities, fight against bad habits, create conditions of knowledge of own opportunities and provide optimum activity.

**Key words:** vocational-applied physical training, criterion, students, physical education.

**Постановка проблеми.** Актуальність проблеми дослідження критеріїв та показники сформованості професійно-прикладної фізичної підготовленості студентів аграрних закладів вищої освіти обумовлена орієнтацією педагогічної теорії і