

7. Ripak M.O., Bodnar I.R. Osoblyvosti rukhovoi aktyvnosti doroslykh zhinok u vilnyi chas. Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. 2019. Vypusk 5 (113). S. 280-285. (in Ukrainian)
8. Synytsia T.P. Korektsiia fizychnoho stanu zhinok pershoho zriloho viku zasobamy ozdorovchoi aerobiky ta mentalnoho fitnesu: dys. ...kand. nauk z fiz. vykhovannia ta sportu : 24.00.02; KhDAFK. Kharkiv. 2019. 258 s. (in Ukrainian)
9. Tkachova A.I. Dyferentsiiovanyi pidkhid u zaniattiakh ozdorovchym fitnesom zhinok pershoho periodu zriloho viku z urakhuvanniam prostorovoi orhanizatsii tila : dys.... doktor filosofii : 017 – fizychna kultura i sport. Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy, Kyiv, 2020. 262s. (in Ukrainian)
10. Tomilina Yu.I. Prohramuvannia zaniat Pilatesom z zhinkamy pershoho zriloho viku : avtoref. dys. ...kand. nauk z fiz. vykhovannia ta sportu : [spets.] 24.00.02; Nats. un-t fiz. vykhovannia i sportu Ukrainy. Kyiv, 2017. 23 s. (in Ukrainian)
11. Balamutova N. M. Motivation priorities to recreational swimming training for women engaged in physical culture and health related groups / N. M. Balamutova // Nauka i osvita. – 2014. – N 4. – P. 7–10.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169).29
УДК 371.147.091.31

Проценко А. А.
кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання і
спортивних дисциплін, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького
Гарбар Д. О.
аспірант, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

ФАХОВА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ НАУКИ ТА ОСВІТНЬОЇ ПРАКТИКИ

Мета – теоретичному обґрунтувати фахову підготовку майбутніх вчителів фізичної культури у ЗВО як актуальної проблеми сучасної науки та освітньої практики. Методи дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та нормативних документів, аналізу, синтезу та узагальнення. Результати: У дослідженні визначено аспекти, які впливають на якість фізичного виховання та його вплив на загальний розвиток студентів як складової професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури в ЗВО. Згідно наукових розвідок означено структуру професійної компетентності вчителя фізичної культури. Визначено основні причини актуальності фахової підготовки майбутніх вчителів фізичної культури. Виокремлено ключові фахові компетенції майбутніх вчителів фізичної культури. Висновки. Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури в закладах вищої освіти передбачає підготовку педагогів, які добре володіли сучасними педагогічними методами, інтеграцією технологій, інклюзивністю, спортивною наукою та психологією. Саме таким чином, підготовка майбутніх вчителів фізичної культури у закладах вищої освіти має вирішальне значення для забезпечення високої якості фізичного виховання для молодого покоління.

Ключові слова: майбутні вчителі фізичної культури, компетентність, підготовка.

Protsenko Andrey, Harbar Dmytro. Professional training of future physical education teachers in higher education institutions as a relevant issue of modern science and educational practice. *The aim of the research is to theoretically substantiate the professional training of future physical education teachers in higher education institutions as a relevant problem of modern science and educational practice. Research methods: theoretical analysis of scientific and methodological literature and normative documents, analysis, synthesis, and generalization. Results: The study identifies aspects that influence the quality of physical education and its impact on the overall development of students as a component of the professional training of future physical education teachers in higher education institutions. Key aspects include changes in the role of physical education in modern society and the incorporation of modern pedagogical methods and technologies into the education of the younger generation. According to scientific findings, the structure of professional competence of a physical education teacher is outlined. The main reasons for the relevance of professional training for future physical education teachers in contemporary science and practice are defined. Key professional competencies of future physical education teachers are highlighted: methodological, pedagogical, technical skills, adaptability to different conditions and individual needs of students, inclusiveness. Conclusions. The professional training of future physical education teachers in higher education institutions is a multifaceted problem that requires a comprehensive approach. It involves preparing educators who are well-versed in modern pedagogical methods, technology integration, inclusiveness, sports science, and psychology. By focusing on these aspects, educational institutions can ensure that future physical education teachers are adequately prepared to meet the growing needs of students and contribute to their overall development. Thus, the preparation of future physical education teachers in higher education institutions is crucial for ensuring high-quality physical education, promoting health, and fostering the physical development of the younger generation. Future research is needed to define the specific features of forming professional competencies for future physical education teachers.*

Key words: future physical education teachers, competence, training.

Постановка проблеми. У час україно-російської війни українське суспільство потребує високого рівня компетентності педагогів, що, зі свого боку, зумовлює необхідність пошуку нових шляхів їх усебічного вдосконалення. Адже, саме педагоги одні із перших будуть «відбудовувати» нашу державу готуючи патріота та гідну особистість юного українця. Тому, підготовка висококваліфікованого педагога – наразі одна з найважливіших науково-практичних проблем формування освіти. Розвиток вітчизняної системи освіти спрямований на формування та розвиток особистості сучасного вчителя, який би зміг незалежно й

продуктивно мислити, приймати швидкі та достеменні рішення, орієнтуватись у несталіх ситуаціях, проявляти творчу ініціативу [1, 6]. Розв'язання даного завдання можливе через пошук й упровадження більш ефективних засобів навчання. Згідно до особливостей сучасного етапу розвитку вищої педагогічної освіти здійснюється реформування змісту підготовки майбутніх вчителів, зокрема й фахівців фізичної культури, модифікуються вимоги до їхньої професійної компетентності, впроваджуються інноваційні технології фахової підготовки [5].

На даний час постає проблема підготовки майбутніх учителів фізичної культури, які мають володіти не лише глибокими спортивно-педагогічними знаннями та практичними навичками, а й здатні кваліфіковано використовувати їх у майбутній педагогічній роботі [2, 9]. Для цього в основу професійної підготовки слід покласти особистісно-діяльнісний підхід, принципи гуманізації й демократизації освіти, оновлення змісту та форм організації освітнього процесу із застосуванням новітніх здоров'язберігаючих технологій та інновацій [3].

На сучасному етапі розвитку освіти в Україні взаємини між учасниками освітнього процесу ґрунтуються на принципах педагогіки співробітництва, що передбачає взаємну довіру, взаємоповагу, що сприяють вирішенню завдань фізичного виховання учнів сучасної школи. Аналіз нормативних документів, а саме: плану заходів на 2017–2029 роки із запровадження Концепції реалізації Державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа», професійних стандартів підготовки за професіями «Вчитель початкових класів», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти (з дипломом молодшого спеціаліста)», Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року, національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "рухова активність - здоровий спосіб життя – здорова нація" дає можливість виробити єдину державну політику щодо знань, вмінь і навичок з безпеки життєдіяльності дитини у суспільстві і її здоров'язбережувальної компетентності [2].

Аналіз літературних джерел. Проблема підготовки високоякісних педагогічних фахівців на сьогоднішній день знаходиться в полі наукового дискурсу, в зв'язку з чим професійна компетентність вчителя фізичної культури, розглядається з різних позицій. Так, в дослідженні І. Гринченко [4] було означено міжнародний досвід європейських країн у професійній підготовці вчителів фізичної культури, цій же тематиці приурочив свої наукові праці Д. Сафанов [14], досліджуючи практику США. С. Гуменюк [5] визначив актуальність використання засобів інноваційних технологій у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичної культури (2015), авторами Л. Івановою та О. Омельчук [7] було зосереджено увагу професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи зі школярами, які за станом здоров'я належать до спеціальної медичної групи – нагальна потреба сучасності (2017). Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до оздоровчої роботи була представлена у наукових розвідках С. Бабюка (2019) [1], П. Рибалко [13] вивчав проблематику особливостей професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до подальшої фахової діяльності (2019). Попри значні напрацювання в цій сфері, можемо констатувати, що в педагогічних вивідках ця проблема розглядається переважно в таких ракурсах: Н. Башавець [2], здоров'язбережувальна компетентність майбутнього фахівця як основа його культури; Є. Кучерган [9], В. Успенська [16] розглядають здоров'язберувальну компетентність як складову професійної підготовки майбутнього вчителя; А. Білинський [3] розкриває структурні компоненти підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи як формування здорового способу життя та культури здоров'я учнівської молоді; В. Успенська [16] веде пошуки здоров'язберігаючих технологій у підготовці майбутніх учителів педагогічного профілю.

У процесі аналізу спеціальної та методичної літератури за темою роботи нами були використані теоретичні та практичні розробки вітчизняних дослідників за наступними напрямками: формування професійних компетенцій в ході навчання у закладах вищої освіти та курсах підвищення кваліфікації; організація оцінки сформованості професійної компетенції педагога тощо. Однак, фахова підготовка майбутніх вчителів фізичної культури у закладах вищої освіти як актуальна проблема сучасної науки та освітньої практики у подальшому нами було виокремлено як проблематика, яка розкрита в працях науковців недостатньо.

Метою дослідження являється теоретичне обґрунтування фахової підготовки майбутніх вчителів фізичної культури у закладах вищої освіти як актуальної проблеми сучасної науки та освітньої практики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Фахова компетентність вчителя фізичної культури на думку Є. Кучерган є особлива якість особистості, що включає в себе комплекс засвоєних знань і практичних навичок з дисципліни «фізична культура» [9].

Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури в закладах вищої освіти як актуальна проблема сучасної науки та освітньої практики є важливою темою. Це питання охоплює кілька ключових аспектів, які впливають на якість фізичного виховання та його вплив на загальний розвиток студентів. По-перше, роль фізичної культури з часом змінилася, наголошуючи не тільки на фізичній підготовці, але й на популяризації здорового способу життя, психосоціальному благополуччі та розвитку характеру. Відповідно підготовка майбутніх вчителів фізичної культури повинна відображати ці більш широкі цілі і надавати їм різноманітний набір навичок для вирішення цих багатограних завдань. По-друге, включення сучасних педагогічних методів та технологій в навчання фізичної культури є важливим. Оскільки освіта стає все більше цифровою та інтерактивною, майбутнім вчителям необхідно навчатися використовувати сучасні інструменти та методи для ефективної взаємодії зі студентами, відстеження їхнього прогресу та індивідуального підходу до навчання.

Крім того, підготовка вчителів фізичної культури повинна надавати акцент на інклюзивні та адаптивні підходи. Важливо, щоб майбутні педагоги володіли стратегіями, які враховують потреби студентів з різними можливостями, забезпечуючи доступність та користь від фізичного виховання для всіх.

Також, важливим є розуміння вікової та педагогічної психології, біомеханіки та фізіології, медицини та профілактики травм. Вчителі повинні бути готові надавати поради з правильної техніки виконання вправ, запобігання травмам та надавати відповідну підтримку студентам, які займаються спортом на конкурентному рівні.

Проблема гендерної рівності та популяризація привітного та поважного середовища в рамках уроків фізичної культури також має бути врахована під час підготовки вчителів. Майбутні вчителі повинні навчатися викликати стереотипи, сприяти участі

всіх студентів та створювати інклюзивну атмосферу, яка враховує потреби та вподобання кожного індивіда.

З ціллю спрощення діагностики та оцінки рівня сформованості професійної компетентності вчителя виділено комплекс компетенцій, що складають структуру поняття. Згідно наукових розвідок у структуру професійної компетентності вчителя фізичної культури входять [13]:

– загально-предметна компетенція, яка розкриває володіння сучасними педагогічними технологіями. Вчитель фізичної культури, який опанував таку компетенцію в достатній мірі, буде добре володіти здібностями до ефективної комунікації з школярами; вміннями здобувати й удосконалювати навички з обраної предметної фахи з урахуванням подальшої передачі засвоєного практичного досвіду учням. Предметна компетенція зосереджується на освоєнні вчителем необхідних знань з точної дисципліни. У цьому відношенні предметна компетенція знаходиться в щільному взаємозв'язку з педагогічною та методичною компетенціями;

– методична компетенція – ґрунтується на комплексі професійно-методичних і методологічних знань, умінь та навичок. Така компетенція знаходить свій відбиток в можливості укладання цілей і завдань уроку, встановлення міждисциплінарних зв'язків між предметними областями, здібності визначати оптимальні форми роботи для ефективної передачі знань з дисципліни;

– педагогічна компетенція вчителя фізичної культури пов'язана зі змогою підносити школярам у доступній формі раніше засвоєний теоретичний і практичний матеріал.

Отже, згідно вище означеного, можна сказати, що фахова підготовка майбутніх вчителів фізичної культури є актуальною проблемою сучасної науки та освітньої практики з кількох причин:

1. Зміна підходів до фізичної активності та здоров'я: у сучасному світі стає все більш актуальним питання збереження здоров'я, зниження рівня фізичної неактивності та подолання проблем затяжного сидячого способу життя. Вчителі фізичної культури мають важливу роль у формуванні здорових звичок та забезпеченні активного способу життя учнів.

2. Впровадження інноваційних підходів: з розвитком науки та технологій з'являються нові методики навчання, спортивні технології, сучасні спортивні дисципліни, які вимагають від вчителів фізичної культури постійного оновлення своїх знань та навичок.

3. Інклюзивна освіта: зростає увага до інклюзивності в освіті, і це стосується і фізичного виховання. Майбутні вчителі фізичної культури повинні мати здатність працювати з учнями різних здібностей та потреб, забезпечувати всебічний розвиток кожного учня.

4. Розвиток спортивної інфраструктури: розвиток спортивної інфраструктури вимагає підготовки кваліфікованих вчителів фізичної культури, які можуть працювати з учнівською молоддю на спортивних заходах, тренувати команди та координувати спортивні програми.

5. Вплив змін у суспільстві: змінюється ставлення до фізичної культури та спорту в суспільстві. Майбутні вчителі фізичної культури повинні бути готові адаптуватися до змінних вимог суспільства та знаходити нові шляхи для залучення учнів до активного способу життя.

6. Специфіка професії: робота вчителя фізичної культури має свої особливості та вимоги. Необхідність збалансованого поєднання фізичних навичок, педагогічних здібностей та знань з фізичної культури ставить вчителів у ряд викликів.

У зв'язку з цим, сучасні заклади вищої освіти повинні звертати особливу увагу на розвиток фахових компетенцій майбутніх вчителів фізичної культури. Це може бути досягнуто через модернізацію навчальних програм, використання інноваційних методик навчання та практичних занять, впровадження інтерактивних технологій та співпрацю зі спортивними організаціями та тренерами.

Фахові компетенції майбутніх вчителів фізичної культури становлять основу їх професійної діяльності та дозволяють їм ефективно виконувати свої обов'язки щодо навчання, виховання та розвитку учнів. Ключовими фаховими компетенціями майбутніх вчителів фізичної культури є:

– Методологічні компетенції: майбутні вчителі фізичної культури повинні володіти знаннями та навичками з методології навчання фізичної культури. Це включає розуміння педагогічних технологій, розробку уроків та занять з фізичного виховання, організацію спортивних заходів та розвиток планувальних документів.

– Педагогічні компетенції: вміння володіти загальними педагогічними компетенціями, які допоможуть їм ефективно взаємодіяти з учнями, створювати позитивну навчальну атмосферу, застосовувати різноманітні методи і прийоми навчання, а також ефективно оцінювати розвиток учнів.

– Технічні навички: майстерність володіти технічними навичками у зв'язку з використанням спортивного обладнання, аудіо-відео засобів, комп'ютерів та інших технологій для поліпшення процесу навчання та організації спортивних заходів.

– Здатність адаптуватися до різних умов та індивідуальних потреб учнів. Вони повинні бути готові до пристосування програм навчання для різних вікових груп, рівнів фізичних здібностей та спеціальних потреб учнів.

– Знання спортивної діяльності та оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Вчителі фізичної культури повинні мати глибокі знання про різні види спорту, оздоровчо-рекреаційні види рухової активності, а також вміти викладати їх ефективно та безпечно.

– Здатність до мотивації: мотивувати учнів до активної фізичної активності та спорту – це важливий аспект роботи вчителя фізичної культури. Майбутні вчителі повинні вміти створювати цікаві та захоплюючі уроки, щоб зацікавити учнів у заняттях фізичними вправами.

– Інклюзивність: вчителі фізичної культури повинні бути здатними працювати з різними групами учнів, включаючи тих, хто має фізичні обмеження або спеціальні потреби. Інклюзивність є важливим аспектом для створення доступного та сприятливого середовища для всіх учнів.

Здатність поєднувати ці фахові компетенції дозволить майбутнім вчителям фізичної культури ефективно здійснювати

свою роль у формуванні здоров'язберігаючих цінностей та розвитку фізичних навичок учнів.

Висновки. Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури в закладах вищої освіти є багатогранною проблемою, яка вимагає комплексного підходу. Вона передбачає підготовку педагогів, які добре ознайомлені з сучасними педагогічними методами, інтеграцією технологій, інклюзивністю, спортивною наукою та психологією. Звертаючи увагу на ці аспекти, освітні заклади можуть забезпечити, що майбутні вчителі фізичної культури будуть належним чином підготовлені для задоволення зростаючих потреб студентів та сприяння їхньому загальному розвитку. Таким чином, підготовка майбутніх вчителів фізичної культури у закладах вищої освіти має вирішальне значення для забезпечення високої якості фізичного виховання, сприяння здоров'ю та фізичному розвитку молодого покоління.

Майбутні дослідження мають місце для означення особливостей формування фахових компетенцій для майбутнього вчителя фізичної культури.

Література

1. Бабюк С. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до оздоровчої роботи. *Педагогічна освіта: теорія і практика* 1.25 (2018): 8-12.
2. Башавець Н. Проблема формування здоров'язберезувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації (2019).
3. Білинський А. М. Творче освітньо-інформаційне середовище як чинник розвитку особистості вчителя. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. Володимира Гнатюка*. Сер. Педагогіка / гол. Ред. Г. Терещук; ред. Кол.: Л. Вознюк, В. Кравець, В. Мадзігон [та ін.]. Тернопіль, 2012. № 2. С. 15–21.
4. Гринченко І. Б. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичного виховання: досвід європейських країн. *Засоби навчальної та науково-дослідної роботи*, 2014 (42), 39-50.
5. Гуменюк С. Актуальність використання засобів інноваційних технологій у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичної культури. *Physical education, sport and health culture in modern society* 2 (30) (2015): 5-9.
6. Єрмаков І. Навчання і компетентність: пошуки сенсу і змісту. *Завуч (Шкільний світ)*. – 2005. – №19. – С. 3–4
7. Іванова Л. І., Омельчук О. В. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи зі школярами, які за станом здоров'я належать до спеціальної медичної групи – нагальна потреба сучасності. *Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова]*. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) 3К (2017): 200-203.
8. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи (Бібліотека з освітньої політики) / [За заг. Ред. О. В. Овчарук]. К.: «К.І.С.», 2004. 112 с., С. 86–90.
9. Кучерган Є. Підготовка майбутнього вчителя до професійної діяльності: здоров'язберігаючий аспект. (2015).
10. Настільна книга педагога. Упорядники: Андреева В. М., Гигораш В. В. Х.: Вид. Група «Основа», 2006. 352 с.
11. Професійна освіта: словник [навч. Посіб.] / Уклад. С. У. Гончаренко та ін./ За ред. Н. Г. Ничкало. К., 2000. 380 с.
12. Професійний стандарт за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти (з дипломом молодшого спеціаліста)»
13. Рибалко П. "Особливості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до подальшої фахової діяльності." (2019).
14. Сафонов Д. А. Професійна підготовка фахівців з фізичного виховання і спорту за кордоном (Сполучені Штати Америки) ДА Сафонов, СА Черненко. *Педагогіка й сучасні аспекти фізичного виховання* (2020): 312.
15. Титаренко Л. М. Формування екологічної компетентності студентів біологічних спеціальностей університету: автореф. Дис. ... Канд. Пед. Наук. К., 2007. 20 с.
16. Успенська В. Розвиток професійної компетентності вчителів основ здоров'я в системі післядипломної освіти. Автореф. дис. канд. пед. н. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. 2015. 24 с.

Reference

1. Babiuk S. (2018). Profesiina pidhotovka maibutnix uchyteliv fizychnoi kultury do ozdorovchoi roboty. *Pedahohichna osvita: teoriia i praktyka* 1.25: 8-12.
2. Bashavets N. (2019). Problema formuvannia zdoroviazberezhualnoi kompetentnosti maibutnix fakhivtsiv fizychnoi kultury, sportu ta reabilitatsii.
3. Bilynskiy A. M. (2012). Tvorche osvितno-informatsiine seredovyshche yak chynnyk rozvytku osobystosti vchytelia. *Naukovi zapysky Ternopil'skoho natsionalnogo pedahohichnogo universytetu im. Volodymyra Hnatiuka*. Ser. Pedahohika / hol. Red. H. Tereshchuk; red. Kol.: L. Vozniuk, V. Kravets, V. Madzihon [ta in.]. Ternopil., № 2. S. 15–21.
4. Hrynchenko I. B. (2014). Profesiina pidhotovka maibutnix uchyteliv fizychnoho vykhovannia: dosvid yevropeyskykh krain. *Zasoby navchalnoi ta naukovo-doslidnoi roboty*, 2014 (42), 39-50.
5. Humeniuk S. (2015). Aktualnist vykorystannia zasobiv innovatsiinykh tekhnolohii u fakhovii pidhotovtsi maibutnix uchyteliv fizychnoi kultury. *Physical education, sport and health culture in modern society* 2 (30): 5-9.
6. Yermakov I. (2005). Navchannia i kompetentnist: poshuky sensu i zmistu. *Zavuch (Shkilnyi svit)*. №19. S. 3–4
7. Ivanova L. I., Omelchuk O. V. (2017). Profesiina pidhotovka maibutnix uchyteliv fizychnoi kultury do roboty zi shkoliaramy, yaki za stanom zdorovia nalezhat do spetsialnoi medychnoi hrupy – nahalna potreba suchasnosti. *Naukovyi chasopys [Natsionalnogo pedahohichnogo universytetu imeni MP Drahomanova]*. Seria 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport) 3K : 200-203.
8. Kompetentnisnyi pidkhd u suchasni osviti: svitovy dosvid ta ukrainski perspektyvy (Biblioteka z osvितnoi polityky) / [Za zah. Red. O. V. Ovcharuk]. K.: «K.I.S.», 2004. 112 s., S. 86–90.
9. Kucherhan Ye. Pidhotovka maibutnoho vchytelia do profesiinoi diialnosti: zdoroviazberihaiuchy aspekt. (2015).
10. Nastilna knyha pedahoha. Uporiadnyky: Andrieieva V. M., Hyhorash V. V. X.: Vyd. Hrupa «Osnova», 2006. 352 s.
11. Profesiina osvita: slovnyk [navch. Posib.] / Uklad. S. U. Honcharenko ta in./ Za red. N. H. Nychkalo. K., 2000. 380 s.

12. Profesiynyi standart za profesiinyi «Vchytel pochatkovykh klasiv zakladu zahalnoi serednoi osvity», «Vchytel zakladu zahalnoi serednoi osvity», «Vchytel z pochatkovoї osvity (z dyplomom molodshoho spetsialista)»
13. Rybalko P. (2019). Osoblyvosti profesiinoї pidhotovky maibutnykh uchyteliv fizychnoi kultury do podalshoi fakhovoi diialnosti.
14. Safonov D. A. (2020). Profesiina pidhotovka fakhivtsiv z fizychnoho vykhovannia i sportu za kordonom (Spolucheni Shtaty Ameryky) DA Safonov, SA Chernenko. Pedagogika y suchasni aspekty fizychnoho vykhovannia (2020): 312.
15. Tytarenko L. M. (2007). Formuvannia ekolohichnoi kompetentnosti studentiv biolohichnykh spetsialnostei universytetu: avtoref. Dys. ... Kand. Ped. Nauk. K., 2007. 20 s.
16. Uspenska V. Rozvytok profesiinoї kompetentnosti vchyteliv osnov zdorovia v systemi pislidyplomnoi osvity. Avtoref. dys.... kand. ped. n. 13.00.04 – teoriia i metodyka profesiinoї osvity. 2015. 24 s.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169).30
УДК 796.412.012:612.1

Тищенко В.О.
доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
професор кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,
Запорізький національний університет, м. Запоріжжя
Товстоп'ятко Ф. Ф.
кандидат філософських наук,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,
Запорізький національний університет, м. Запоріжжя
Соколова Л.О.
кандидат технічних наук, доцент,
доцент кафедри фармації та технології органічних речовин,
завідувач кафедрою фізичної культури, спорту та здоров'я,
Український державний хіміко-технологічний університет, м. Дніпро
Будніков О.О.
аспірант кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,
Запорізький національний університет, м. Запоріжжя

УДОСКОНАЛЕННЯ АЕРОБНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ

Аналіз структури аеробних можливостей кваліфікованих танцюристів, їх прояви у процесі змагальної діяльності дають підстави стверджувати, що активізація нейрогенного гіпоксичного та комплексного нейрогенного й ацидемічного стимулів реакцій може бути фактором удосконалення функціональних можливостей спортсменів. Мета дослідження – довести ефективність програми підготовки спортсменів, які займаються спортивними танцями. Результати дослідження. Застосування програми тренувальних засобів довело, що збільшення аеробної функції організму відбулося за рахунок стимуляції кардіореспіраторної системи організму. Про що свідчить оптимізація реакції ЧСС в умовах інтенсивності навантаження, близької до зони максимального прояву аеробних можливостей спортсменів, що пов'язано зі збільшенням кількості пікових величин реакції ЧСС близьких до рівня максимального споживання кисню, збільшенням стабільності досягнутих рівнів функції в цей період тощо. Збільшення функціональних можливостей танцюристів зафіксовано за приростом реакцій, що характеризують різні сторони аеробного потенціалу спортсменів. Більшою мірою ці зміни стосувалися тих сторін аеробних можливостей спортсменів, які впливали на працездатність танцюристів у зоні порогу анаеробного обміну та в умовах наростаючої втоми у процесі змагальної діяльності. Висновки. Отримані результати підтвердили зміни швидкості розгортання реакцій. Відзначено суттєвий приріст показників швидкості розгортання реакцій у танцюристів під впливом спеціальних тренувальних засобів.

Ключові слова: спортивні танці, функціональна підготовленість, кардіореспіраторна система, частота серцевих скорочень.

Tyshchenko Valeria, Tovsiopiatko Fedir, Sokolova Lina, Budnikov Oleh. Improving the aerobic possibilities of qualified athletes The analysis of the structure of the aerobic capabilities of qualified dancers, their manifestations in the process of competitive activity give reasons to claim that the activation of neurogenic hypoxic and complex neurogenic and acidemic stimulus reactions can be a factor of improving the functional capabilities of athletes. The purpose of the research is to prove the effectiveness of the training program for sportsmen engaged in sports dancing. Research results. The application of the program of training tools proved that the increase in the aerobic function of the body occurred due to the stimulation of the cardiorespiratory system of the body. This is evidenced by the optimization of the heart rate response in conditions of load intensity close to the zone of maximum manifestation of the athletes' aerobic capabilities, which is associated with an increase in the number of peak values of the heart rate response close to the level of maximum oxygen consumption, an increase in the stability of the achieved levels of function in this period, etc. The increase in the functional capabilities of dancers is recorded by the increase in reactions characterizing different aspects of the aerobic potential of athletes. To a greater extent, these changes related to those aspects of the athletes' aerobic capabilities that affected the performance of dancers in the threshold zone of anaerobic metabolism and in conditions of increasing fatigue in the process of competitive activity.