

6. Кормильцев В. В. Особенности физической реабилитации людей с вертеброгенной патологией в стадии ремиссии. Спорт. вестник Приднпров'я. 2012. № 3. С. 129–131.
7. Кормильцев В. В. Фізична реабілітація осіб з вертеброгенною патологією в стадії ремісії із застосуванням засобів фітнесу: автореф. дис. ... кандидата наук з фізичного виховання і спорту. Київ. 2014. 24 с.
8. Мурашко Н. К., Середа В. Г., Пономаренко Ю. В., Довгий І. Л., Парнікоза Т. П., Попов О. В., Пацало Л. М., Терентьева Н. В., Лесник О. Г. Вертеброгенні больові синдроми: навчально-методичні рекомендації. Київ. 2013. 30 с.
9. Федоренко С. Н., Лазарева Е. Б., Кормильцев В. В. Использование средств аквафитнеса в физической реабилитации больных вертеброгенной патологией. Физическое воспитание студентов. 2012. URL: <http://lib.sportedu.ru/press/fvs/2012N3/p112-115.htm> (дата обращения 28.09.2018).

Reference

1. Antonov I. P. (1986) Patogenez y` dy`agnosty`ka osteoxondroza pozvonochny`ka y` ego nevrology`chesky`x proyavleny`j: sostoyany`e problemy y` perspekty`vy y` zucheny`ya. [Pathogenesis and diagnosis of osteochondrosis of the spine and its neurological manifestations: state of the problem and prospects for study]. Journal of Neuropathology and Psychology. Vol. 88. №. 4. pp. 481–488. (In Russian).
2. Veselovsky V. P. (1991) Prakty`cheskaya vertebrology`ya y` manual`naya therapy`ya. Patogenez osteoxondroza. [Practical vertebrology and manual therapy. Pathogenesis of osteochondrosis]. Riga. 341 p. (In Russian).
3. Epifanov V. A., Epifanov A. V. (2008) Osteoxondroz xrebt. [Osteochondrosis of the spine]. Restorative treatment for diseases and injuries of the spine. Moscow: MEDPress-inform. pp. 135–188. (In Ukrainian).
4. Ziryaka O. M., Kravtsov A. S., Tverdohlib V. A. (2017) Sy`royidinny`ya yak zasib fizy`chnoyi reabilitaciyi osib z vertebrogennoyu patologiyeyu v stadiyi remisii. [Syroidinny as a means of physical rehabilitation of persons with vertebrogenic pathology in remission]. Problems of health, physical therapy, rehabilitation and ergotherapy: materials of III All-Ukrainian correspondence scientific-practical Internet conference; resp. ed. Ya. M. Kopitina; Sciences. ed. M. O. Liannai. Sumy: View of SS Makarenko SSU. pp. 72–75. (In Ukrainian).
5. Kormiltsev V. V. (2013) Osobly`vosti metody`ky` korekcii patologichnogo ruxovogo stereoty`pu v suchasny`x umovax. [Features of the method of correction of pathological motor stereotype in modern conditions]. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Vol. 3. pp. 64–67. (In Ukrainian).
6. Kormiltsev V. V. (2012) Osobly`vosti fizy`chnoyi reabilitaciyi lyudej z vertebrogennoyu patologiyeyu v stadiyi remisii. [Features of physical rehabilitation of people with vertebrogenic pathology in remission]. Sport. newsletter of Dniepe. Vol. 3. pp. 129–131. (In Ukrainian).
7. Kormiltsev V. V. (2014) Fizy`chna reabilitaciya osib z vertebrogennoyu patologiyeyu v stadiyi remisii iz zastosuvannyam zasobiv fitnesu [Physical rehabilitation of persons with vertebrogenic pathology in remission with the use of fitness equipment]: author's abstract. diss. ... Candidate of Science in Physical Education and Sports. Kiev. 24 p. (In Ukrainian).
8. Murashko N. K., Sereda V. G., Ponomarenko Yu. V., Dovgy I. L., Parnikoza T. P., Popov O. V., Patsalo L. M., Terentyeva N. V., Lesnik O. G. (2013) Vertebrogenni bol`ovi sy`ndromy` : navchal`no-metody`chni rekomendaciyi. [Vertebrogenic pain syndromes: educational guidelines]. Kiev. 30 p. (In Ukrainian).
9. Fedorenko S. N., Lazareva E. B., Kormiltsev V. V. (2012) Y`spol`zovany`e sredstv akvafy`tnesa v fy`zy`cheskoj reaby`ly`tacy`y` bol`ny`x vertebrogennoj patologiy`ej [The use of aquafitness in physical rehabilitation of patients with vertebrogenic pathology]. Physical education of students. URL: <http://lib.sportedu.ru/press/fvs/2012N3/p112-115.htm> (date of circulation 28.09.2018). (In Russian).

УДК 796.011.1-053

Гакман А. В.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича
Наконечний І. Ю.

кандидат психологічних наук, доцент
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗНАТЬ ТА ВМІНЬ ПІДЛІТКІВ У ДИТЯЧОМУ ТАБОРІ ВІДПОЧИНКУ

У статті розглянута проблема обізнаності підлітків організації свого дозвілля за допомогою оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Мета дослідження – виявити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови формування у підлітків рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь в дитячому оздоровчому центрі. У підлітків, які відпочивали у дитячому оздоровчому таборі формували рекреаційно-оздоровчі знання та вміння протягом однієї табірної зміни. На початку та вкінці дослідження у підлітків, визначали рівні засвоєння рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь у порівнянні із контрольною групою. Рекреаційно-оздоровчі знання та вміння, які засвоїли підлітки у таборі, сприятимуть веденню здорового способу життя за межами табору, орієнтуючись на оздоровчо-рекреаційну рухову активність.

Ключові слова: знання та вміння, підлітки, рекреаційно-оздоровча діяльність.

Гакман Анна Викторовна, Наконечный Игорь Юрьевич. Особенности формирования рекреационно-оздоровительное знаний и умений подростков в детском лагере отдыха. В статье рассмотрена проблема осведомленности подростков организации своего досуга с помощью оздоровительно-рекреационной двигательной активности. Цель исследования - выявить, теоретически обосновать и экспериментально проверить педагогические условия формирования у подростков рекреационно-оздоровительных знаний и умений в детском оздоровительном центре. У подростков, отдохнувших в детском оздоровительном лагере формировали рекреационно-оздоровительные знания и умения в течение одной лагерной смены. В начале и в конце исследования у подростков, определяли уровни усвоения рекреационно-оздоровительных знаний и умений по сравнению с контрольной группой. Рекреационно-оздоровительные знания и умения, которые усвоили дети в лагере, будут способствовать ведению здорового образа жизни за пределами лагеря, ориентируясь на оздоровительно-рекреационной двигательную активность.

Ключевые слова: знания и умения, подростки, рекреационно-оздоровительная деятельность.

Hakman A, Nakonechnyi I. Features of formation of recreation and health knowledge and childhood children in the children's leisure camp. The article deals with the problem of awareness of teenagers in organizing their leisure with the help of health and recreational motor activity. Formation of recreational and health knowledge and skills in youth is one of the main educational tasks reflected in the National Doctrine of Educational Development, the National Program for the Education of Children and Student Youth in Ukraine, the Program "Basic Guidelines for the Education of Pupils of Grades 1-11 of Ukraine" approved by the line ministries of Ukraine. The purpose of the study is to identify, theoretically substantiate and experimentally test the pedagogical conditions of formation in adolescents of recreational and health knowledge and skills in the children's health center. Methods of research: theoretical and empirical. Results. At the beginning of the experiment in the control and experimental groups, the majority of respondents had lower than average levels of knowledge (41% and 44%). However, at the end of the study, 42% of adolescents showed a high level of knowledge in the main group and 5% in the control group. The results of the study determined the level of formation of recreational and health skills of adolescents. At the beginning of the experiment, in both the control and the main groups, most adolescents had an initial level of skills (83% and 76%). Only 5% of the respondents in both groups had sufficient skills. At the end of the study, 70% of the participants in the main group and 30% of the control group had a sufficient level of recreational and recreational skills.

Keywords: knowledge and skills, teenagers, recreational and health activities.

Постановка проблеми дослідження. Формування в молоді рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь є одним з основних виховних завдань, які відображені в Національній доктрині розвитку освіти, Національній програмі виховання дітей і учнівської молоді в Україні, програмі "Основні орієнтири виховання учнів 1-11-х класів загальноосвітніх закладів України", затвердженій відомчими міністерствами України.

Дитячий оздоровчий табір відповідно до Закону України "Про оздоровлення і відпочинок дітей" від 21 травня 2009 р. № 1401-VI, Типового положення про дитячу установу оздоровлення і відпочинку, затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України від 28 квітня 2009 р. № 422, є одним із важливих соціальних інститутів, що впливають на формування соціального досвіду підлітків. У ній, на відміну від школи, громадської організації чи клубу, підліток знаходиться цілодобово [6]. Дитячий оздоровчий табір - одна з найперспективніших у виховному аспекті форм організації дитячого дозвілля і оздоровлення не тільки в літній період, але і протягом року [1, 7, 11].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питанням формування знань з фізичної культури у дітей і підлітків у своїх наукових працях приділяли особливу увагу Андреева О.В. (2011) [1], Гакман А.В. (2018) [13], Захаріна О.А. (2008) [8] та ін. Дослідженню виховних можливостей тимчасових дитячих об'єднань присвячені роботи Банникова Т. А. [2], Борисова Н. [3], Вифлеемский А. [4], Воронова Б. [5], Фридман М. Г. [9], Шутка Г. І. [10] та інших авторів.

Однак, зазначимо недостатню теоретичну розробленість проблеми формування рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь у підлітків в умовах дитячого оздоровчого центру: педагогічні умови формування рекреаційно-оздоровчих занять, критерії й показники його сформованості. Потребують удосконалення форми й методи, що сприяють формуванню рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь в підлітків у тимчасовому колективі.

Мета дослідження – виявити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови формування у підлітків рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь в дитячому оздоровчому центрі.

Методи дослідження. Для розв'язання вищезазначених завдань використовувався комплекс теоретичних та емпіричних методів дослідження:

-*теоретичні:* вивчення й аналіз філософської, психолого-педагогічної, фізкультурної науково-методичної літератури з питань виховання підлітків у дитячих оздоровчих установах, формування рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь у підлітків, що забезпечило розгляд загальних теоретичних питань з проблеми дослідження; вивчення й аналіз педагогічного досвіду, систематизація, моделювання змісту, організаційних форм і методів виховання; узагальнення отриманих результатів дослідження з метою обґрунтування суті досліджуваного поняття і визначення оптимальних педагогічних умов для формування у підлітків рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь в дитячому оздоровчому центрі;

-*емпіричні:* діагностичні (анкетування, тестування, бесіда, інтерв'ю, спостереження) з метою визначення рівнів сформованості знань та вмінь у підлітків; обсерваційні (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент), що дало можливість вивчити стан і динаміку рівнів сформованості рекреаційно-оздоровчих знань та вмінь; праксиметричні (аналіз педагогічного досвіду і результатів діяльності), за допомогою яких впорядковані й систематизовані дослідницькі матеріали;

статистичні й графічні методи обробки результатів, які дозволили перевірити теоретичні прогнози й підтвердити.

Результати дослідження та їх обговорення.

Для визначення сформованості рівня знань підлітків 11 – 14 років, нами було використано методику оцінки теоретичних знань, запропоновано Антоновою, Захаріною [9].

Оцінка тестових завдань проводилась за п'ятибальною шкалою:

- 1 бал – дано менше 25% правильних відповідей – знання відсутні;
- 2 бали – дано 26% – 49% правильних відповідей – знання часткові;
- 3 бали – дано 50% – 74% правильних відповідей – недостатні знання;
- 4 бали – дано 75% – 89% правильних відповідей – достатні знання;
- 5 бали – дано 90% – 100% правильних відповідей – повні знання.

Результати отримані в ході тестового опитувальника по визначенню сформованості знань у підлітків контрольної і основної груп на початковому етапі висвітлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати тестового опитування з визначення рівня знань підлітків 14 років з рекреаційно-оздоровчої діяльності (n=70)

Рівень знань	бали	Кількість підлітків							
		контрольна група (n=34)				основна група (n=36)			
		початок експерименту		кінець експерименту		початок експерименту		кінець експерименту	
		абсол кіль-сть	%	абсол кіль-сть	%	абсол кіль-сть	%	абсол кіль-сть	%
Низький	1	2	5,8	2	5,8	5	13,8	1	2,7
Нижче середнього	2	14	41,1	15	44,1	16	44,4	2	5,5
Середній	3	13	38,2	12	35,2	10	27,7	6	16,6
Вище середнього	4	5	14,7	3	8,8	5	13,8	12	33,3
Високий	5	-	0,0	2	5,8	-	0,0	15	41,6

Як видно з таблиці 1, всі завдання тестування жоден респондент не виконав їх на 100%. Тільки невелика кількість дітей змогли відповісти не більше чим на 50,0% відповідей і отримали за тестовий опитувальник 3 бала, тобто вони володіють недостатніми знаннями. В контрольній і основній групі більшість досліджуваних не змогли відповісти на 50,0% питань (41 і 44%), тобто їх фундаментальні знання є на низькому рівні.

В цілому тести показали об'єктивну картину рівня знань дітей з рекреаційно-оздоровчої діяльності, але недостатньо хорошу. В кінці експерименту нами було повторно оцінено знання дітей 14 років. Результати повторних досліджень свідчать про більш успішне оволодіння знаннями респондентів експериментальної групи. Після проведеного експерименту результати виглядали наступним чином. Виявлення рівня сформованих вмінь рекреаційно-оздоровчої діяльності було проведено за допомогою самооцінки.

Для виявлення загального рівня сформованості вмінь була застосована наступна методика: кожне питання оцінювалось окремо і мав свій максимальний бал, сумарна оцінка визначалась як виражене у відсотках відношення суми балів до суми максимальних балів набраних за всі питання в цілому. Рівні сформованості рекреаційно-оздоровчих вмінь підлітків визначали за шкалою: початковий – до 34 %, недостатній – 35-68 %, достатній – вище 69 %. Респонденти, які мають початковий рівень сформованості вмінь характерно, що вони не знають багатьох питань пов'язаних з веденням здорового способу життя, і відповідно, не знають їх застосовувати на практиці.

Досліджувані, що мають недостатній рівень вмінь, частіше всього, сподіваються на свої практичні вміння зі школи чи сім'ї, але їх недостатньо для практичного вмілого застосування. Підлітки, які мають достатній рівень вмінь, як правило ведуть здоровий спосіб життя, приймають участь у рекреаційних заходах школи, міста. Але нажал, цих дітей дуже мала кількість.

Дані проведеного опитувальника школярів показали, що тільки незначна частина підлітків можуть складати комплекс ранкової гімнастики, так як їм уже приходилось це вже робити. Більшість респондентів обох груп, схильні рахувати, що вони зможуть скласти комплекс ранкової гімнастики, однак, значна частина досліджуваних ніколи не зіштовхувались зі схожою задачею. Самим складним виявилось вміння, пов'язане з правильною організацією оптимального рухового режиму, знання специфіки дії окремих фізичних вправ на організм, вміння самостійно складати програму рекреаційно-оздоровчих занять. Анкетування показало, що респонденти не можуть розробити для себе і рекомендувати іншим оптимальний руховий режим.

На першому місці за кількості негативних відповідей стоїть вміння самостійно складати рекреаційно-оздоровчу програму (93,75% - контрольна група, 94,44% - основна група). Таким чином, ми можемо констатувати, що більшість дітей недостатньо освоїли теоретичний курс в рамках шкільної програми, крім того вони мало приймають участі в організації фізкультурно-оздоровчої діяльності школи, що звичайно відбивається на їх рівні виховання та рівні здоров'я. Після проведених підрахунків, отримано наступний розділ по рівнях сформованості вмінь (табл. 2).

Таблиця 2

Розподіл підлітків за рівням сформованості рекреаційно-оздоровчих вмінь на початку та кінці експериментального дослідження

Рівні		Кількість підлітків			
		контрольна група (n=34)		основна група (n=36)	
		кількість	%	кількість	%
Початок дослідження	Початковий	30	83.3	26	76.4
	Недостатній	4	11.11	6	17.5
	Достатній	2	5.55	2	5.9
Кінець дослідження	Початковий	5	29,4	7	41,3
	Недостатній	7	41,2	6	35,2
	Достатній	5	29,4	4	23,5

Після проведеного педагогічного дослідження із використанням традиційної і розробленої рекреаційно-оздоровчої програми, нами отримані наступні дані. Як у контрольній, так і в основній групі покращились вміння в процесі навчання. В обох групах не залишилось дітей з початковим рівнем знань. Значно збільшилось кількість підлітків, які підвищили рівень теоретичних знань і які сподіваються, що зуміють їх застосувати на практиці.

Фізкультурно-оздоровчі заходи вимагають складнішого підходу, в якому застосовуються різновиду форм, видів і напрямів рухової діяльності. Запропоновані форми і напрями є не обов'язковим повторенням в інших дитячих оздоровчих таборах. Вони можуть залежати від матеріально-технічної бази, рівня фізичної підготовленості підлітків, професійної майстерності педагогів.

Висновки та перспективи дослідження. На початку експерименту у контрольній та експериментальній групах більшість респондентів мали нищу середнього рівня знань (41% та 44%). Проте в кінці дослідження в основній групі високий рівень знань продемонстрували 42% підлітків, а в контрольній групі – 5%. За результатами дослідження визначали рівень сформованості рекреаційно-оздоровчих вмінь підлітків. На початку експерименту як в контрольній, так і в основній групах більшість підлітків мали початковий рівень вмінь (83% і 76%). Достатнім рівнем вмінь володіли лише 5% респондентів обох груп. Наприкінці дослідження достатній рівень сформованості рекреаційно-оздоровчих умінь мали – 70 % учасників основної групи та 30 % – контрольної. Розглянуті питання не вичерпують всіх проблем організації рекреаційної діяльності у дитячих таборах відпочинку.

Література

1. Андреева О. В. Технология разработки рекреационно-оздоровчих программ у літньому оздоровчому таборі / О. В. Андреева, А. В. Гакман // Слобожанський науково-спортивний вісник: наук. - теорет. журн. — Харків: ХДАФК, 2011. — №4. — С. 216—220.
2. Банникова Т. А. Организационно-методические основы физического воспитания детей в летнем оздоровительном лагере : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. / Т. А. Банникова — С-П., 1995 — 136 с.
3. Борисова Н. Пространство церковного летнего лагеря в Серафимо—Завьяловской обители / Н. Борисова // Народное образование. — 2006. — № 3. — С. 241—244.
4. Вифлеемский А. Экономические аспекты деятельности летних оздоровительных лагерей / А. Вифлеемский // Народное образование. — М.: 2006. — № 3. — С. 42—50.
5. Воронова Б. Современные гигиенические требования к организации летнего отдыха детей и подростков / Б. Воронова // Народное образование. — М.: 2005. — № 3. — С. 77—84.
6. Гакман А. В. Організація рекреаційно-оздоровчої діяльності дітей 11–14 років в умовах дитячого табору відпочинку : дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / Гакман А. В. — Київ, 2012. — 213 с.
7. Гакман А. Особливості мотивації підлітків 11-14 років до фізкультурно-оздоровчих та рекреаційних занять / Гакман Анна. — матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання» 12-13 квітня 2012 року. — Дніпропетровськ, 2012 — С. 43-49.
8. Захарина Е. А. Формирование мотивации к двигательной активности в процессе физического воспитания студентов высших учебных заведений: дис. ... канд. наук по физ. воспитанию и спорту: 24.00.02 / Е. А. Захарина; НУФВСУ. — Киев, 2008.— 201 с.
9. Фридман М. Г. Спортивно-оздоровительная работа в детских лагерях отдыха: книга для организаторов внеклассной работы / М. Г. Фридман. —М.: Просвещение, 1991.— 207 с.
10. Шутка Г. І. Фізичний розвиток дітей у літніх оздоровчих таборах як актуальна соціально педагогічна проблема // Соціалізація особистості / Г. І. Шутка. — К.: НПУ, 2000. — С. 69—76.
11. Andrieieva O. Health status and morbidity of children 11-14 years of age during school / Andrieieva O., Hakman A. // Journal of Physical Education and Sport, 2018 Supplement issue 2, 1231 – 1236.
12. Andrieieva O. Peculiarities of physical activity regimen of 11-14-year-old children during curricular and extracurricular hours. / Andrieieva O., Hakman A., Balatska L., Moseychuk Y., Vaskan I. & Kljus O. // Journal of Physical Education and Sport, 17(4), 2422 – 2427.
13. Hakman Anna Olympic education in the educational process of Ukraine (In the case of Bucovyna). / Hakman Anna, Nakonechnyi Ihor. — Development Trends in Pedagogical and Psychological Sciences: The Experience of Countries of

Eastern Europe and Prospects of Ukraine. Riga, Latvia Publishing House "Baltija Publishing", 2018. 232-257

Reference

1. Andrieieva O. V., Hakman A. V. (2011). Tekhnolohiia rozrobky rekreatsiino-ozdorovchykh prohram u litnomu ozdorovchomu tabori. Slobozhanskiy naukovy-sportyvnyi visnyk: nauk. - teorem. zhurn. Kharkiv: KhDAFK, 2011. №4. S. 216-220.
2. Bannykova T. A. (1995). Orhanyzatsyonno-metodycheskye osnovy fizycheskoho vospytanyia detei v letnem ozdorovytelnom laherye : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04. / T. A. Bannykova S-P., 1995. 136 s.
3. Borysova N. (2006). Prostranstvo tserkovnoho letneho laheria v Serafymo—Zavialovskoi obyately. Narodnoe obrazovanye. — 2006. — № 3. — S. 241—244.
4. Vyfleemskiy A. (2006). Ekonomycheskye aspekty deiatelnosti letnykh ozdorovytelnykh laherei. Narodnoe obrazovanye. M.: 2006. № 3. S. 42—50.
5. Voronova B. (2005). Sovremennyye hyhyenycheskye trebovaniya k orhanyzatsyy letneho otdykhа detei y podrostkov. Narodnoe obrazovanye. M.: 2005. № 3. S. 77-84.
6. Hakman A. V. (2012). Orhanizatsiia rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti ditei 11–14 rokov v umovakh dytiachoho taboru vidpochynku : dys. kand. nauk z fiz. vykh. i sportu : 24.00.02 Kyiv, 2012. 213 s.
7. Hakman A. (2012). Osoblyvosti motyvatsii pidlitkiv 11-14 rokov do fizkulturno-ozdorovchykh ta rekreatsiinykh zaniat / Hakman Anna. – materialy vseukrainskoi naukovy-praktychnoi konferentsii «Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia studentiv v umovakh kredytno-modulnoi systemy navchannia» 12-13 kvitnia 2012 roku. Dnipropetrovsk, 2012. S. 43-49.
8. Zakharyna E. A. (2008). Formyrovanye motyvatsyy k dvyhatelnoi aktyvnosti v protsesse fizycheskoho vospytanyia studentov vysshnykh uchebnykh zavedenyi: dys. ... kand. nauk po fiz. vospytanyiu y sportu: 24.00.02; NUFVSU. Kyev, 2008. 201 s.
9. Frydman M. H. (1991). Sportyvno-ozdorovytelnaia rabota v detskykh laheryakh otdykhа: knyha dlia orhanyzatorov vneklassnoi raboty M.: Prosveshchenye, 1991. 207 s.
10. Shutka H. I. (2006). Fizychnyi rozvytok ditei u litnykh ozdorovchykh taborakh yak aktualna sotsialno pedahohichna problema. Sotsializatsiia osobystosti K.: NPU, 2006. S. 69-76.
11. Andrieieva O., Hakman A. (2018). Health status and morbidity of children 11-14 years of age during school. Journal of Physical Education and Sport, 2018 Supplement issue 2, 1231 – 1236.
12. Andrieieva O., Hakman A., Balatska L., Moseychuk Y., Vaskan I. & Kljus O. (2017). Peculiarities of physical activity regimen of 11-14-year-old children during curricular and extracurricular hours. Journal of Physical Education and Sport, 17(4), 2422 – 2427.
13. Hakman Anna (2018). Olympic education in the educational process of Ukraine (In the case of Bucovyna). Development Trends in Pedagogical and Psychological Sciences: The Experience of Countries of Eastern Europe and Prospects of Ukraine. Riga, Latvia Publishing House "Baltija Publishing", 2018. 232-257

УДК 378.016:797.2 (043.3)

Ганчар А. І.,
кандидат педагогічних наук, доцент, викладач
кафедри соціально-гуманітарних та фундаментальних дисциплін Інституту військово-морських сил
Національного університету «Одеська морська академія»
Чернявський О. А.,
кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри соціально-гуманітарних та фундаментальних
дисциплін Інституту військово-морських сил Національного університету «Одеська морська академія»,
Ганчар І. Л.,
доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичного виховання і спорту Національного
університету «Одеська морська академія»

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ НАЛЕЖНОГО ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК ПЛАВАННЯ НА 50 М ВІЛЬНИМ СТИЛЕМ КУРСАНТІВ-МОРЯКІВ НА 1-4 СЕМЕСТРАХ НАВЧАННЯ В УМОВАХ ЗВО

Мета: формування належного рівня рухових навичок плавання в процесі типового та інтенсивного засвоєння програми фізичного виховання курсантами морського профілю серед юнаків та дівчат на 1-4 семестрах в умовах ЗВО.

Матеріал: У дослідженні взяло участь 50 юнаків та 50 дівчат курсантів морської академії на 1-4 семестрах в процесі фізичного виховання. Методами відповідного тестування у формуючому педагогічному експерименті було отримано показники, що характеризують ступень належного формування у молоді рухових навичок плавання за подоланням відстані 50 м вільним стилем.

Результати: Належне до діючих стандартів рівня сформованості рухових навичок плавання було з'ясовано серед юнаків та дівчат на 1-4 семестрах навчання у початкових та прикінцевих даних на 50 м вільним стилем. В показниках контрольної групи юнаків на 1 семестрі зафіксовано динаміку поліпшення навичок плавання в діапазоні – від 1,20 до 1,15 с (різниця – 5 с, $t=1,779$, $p>0,05$). На 2 семестрі - від 1,16 до 1,10 с (різниця – 6 с; $t=3,368$, $p<0,05$). На 3 семестрі - від 1,10 до 1,03 с (різниця – 7 с, $t=8,013$, $p<0,05$) та на 4 семестрі – від 1,06 до 1,02 с (різниця – 4 с, $t=4,914$,