

УДК 796.071.42: 378.6

Корх-Черба О. В., Севастьяненко Л. В.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м. Київ

СУЧАСНИЙ СТАН ТА НАПРЯМИ УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІТНЕСУ ТА РЕКРЕАЦІЇ В УКРАЇНІ

Проаналізовано та узагальнено сучасний стан і напрями удосконалення системи підготовки майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації в Україні, проаналізовано сутність поняття рекреації та основні аспекти професійної діяльності фахівця з рекреації, розглянута класифікація фітнес-програм, яка має розгалужену систему. Розкрито форми реалізації технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності, які представлені чотирма групами програм: спортивні програми, фітнес програми, рекреаційні та оздоровчі програми, що тісно пов'язані з професійною підготовкою майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації в Україні.

Ключові слова: фітнес, рекреація, система підготовки, майбутні фахівці.

Корх-Черба О.В., Современное состояние и направления совершенствования системы подготовки будущих специалистов по фитнесу и рекреации в Украине. В статье проанализировано и обобщено современное состояние и направления совершенствования системы подготовки будущих специалистов по фитнесу и рекреации в Украине, проанализированы сущность понятия рекреации и основные аспекты профессиональной деятельности специалиста по рекреации, рассмотрена классификация фитнес-программ, которая имеет разветвленную систему. Раскрыты формы реализации технологий оздоровительно-рекреационной двигательной активности, которые представлены четырьмя группами программ: спортивные программы, фитнес-программы, рекреационные и оздоровительные программы, которые тесно взаимосвязаны с профессиональной подготовкой будущих специалистов по фитнесу и рекреации в Украине.

Ключевые слова: фитнес, рекреация, система подготовки, будущие специалисты.

Korkh-Cherba O.V., Sevast'yanenko L.V. The current state and directions for improving the system of training future fitness and recreation specialists in Ukraine The article has been analyzed and summarized, the essence of the concept of recreation and recreation specialist is analyzed, the classification of fitness programs that has an extensive system is considered. The forms of realization of technologies of recreational and motor activity, which are represented by four groups of programs: sports programs, fitness programs, recreational programs and recreational programs.

The analysis of scientific articles made it possible to determine the current state and main directions of improvement of professional training of future specialists in fitness and recreation in Ukraine. So, the specialist of the fitness and the recreation should be fully prepared for creative professional-pedagogical, physical culture, recreational, agitation and recreational work with various social groups of the population, to have the basics of knowledge of social, humanitarian, psychological and pedagogical, medical and biological, special-pedagogical sciences and to have knowledge of anatomical-physiological and psychological features of the health of different age groups. Realization of social, improving, sports, improving and sports actions in such specific directions: 1. Sports (sports competitions). 2. Physical education. 3. Physical recreation. 4. Physical rehabilitation. 5. Conditioned training. When compiling a fitness program, you must proceed from the specific goals that are put before them: active rest, increased physical fitness, weight loss, prevention of some kind of illness or other; the fitness program should be aimed at pleasure from lessons, rather than on the indicators of population coverage; the needs, motives and interests of participants in fitness classes are put forward; the fitness program should provide an assessment of the health status, level of physical fitness involved; In addition, testing should be systematic, complex, conducted at specific intervals; time, as it helps to maintain interest in the fitness program; the fitness program should provide conditions for communication and positive emotions in the process of exercising; Before you begin to run a fitness program, you need to create a safe environment, paying special attention to the level of medical care.

Key words: fitness, recreation, training system, future specialists.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Підготовка сучасного фахівця в умовах вищого навчального закладу вимагає впровадження засобів, спрямованих на підвищення рівню науково-дослідної складової підготовки майбутніх фахівців, що дозволить побудувати міцний фундамент для ефективного виконання професійних обов'язків та подальшого вдосконалення. Основа державного стандарту фізичного виховання у системі освіти ґрунтується на затверджених державних стандартах освіти і представлена у Законах України «Про вищу освіту» (2014), Концепції загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012 - 2016 роки (2011), Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (2016) та з метою створення умов для реалізації права громадян на заняття фізичною культурою і спортом, підвищення рівня фізкультурно-оздоровчої роботи серед населення та на виконання постанови Кабінету Міністрів України від 18 січня 2003 року N 49 (49-2003-п).

Сучасний стан підготовки майбутніх фахівців фітнесу та рекреації в Україні суттєво поліпшується, про що свідчить підвищення інтересу різних верств населення до покращення стану здоров'я, що впливає на необхідність підготовки висококваліфікованих фахівців з фітнесу та рекреації. Аналіз наукових джерел засвідчив, що тривалий час спеціалізовані вищі навчальні заклади України були зорієнтовані, переважно на підготовку висококваліфікованих тренерських кадрів, що

призвело до своєрідної прогалини в підготовці майбутніх фахівців для сфери фізкультурно-оздоровчої, рекреаційної і туристичної діяльності [1, 3, 6, 7].

Так, в Україні, підготовкою спеціалістів з фітнесу та рекреації займаються профільні вузи, такі як (Національний університет фізичного виховання і спорту України (НУФВСУ), Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова (НПУ), Київський університет імені Бориса Грінченка, Харківська державна академія фізичної культури (ХДАФК) (близько 70 вузів країни), короткотривалі курси фітнес-інструкторів, майстер-класи визнаних гуру на конвенціях з фітнесу та закордонні навчальні заклади. Такий підхід, звісно не сприяє підготовці висококваліфікованих фахівців, а забезпечує лише ефективне (перш в економічному відношенні) виконання конкретних функціональних обов'язків працівниками фітнес-клубів. Система державної фізкультурної освіти, незважаючи на прийняті нормативних й програмно-методичних документів, ще не повністю забезпечує підготовку фахівців нового профілю. Однак в державному галузевому класифікаторі згідно галузевого стандарту з підготовки бакалаврів фізичної реабілітації можлива підготовка фітнес-тренерів за спеціальністю - 8.01020303 (фітнес та рекреація), за кваліфікацією - 3475 «Фітнес-тренер» [12].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивченням проблеми займаються такі вчені (О. В. Андрєєва, О. О. Берест, А. А. Боляк, Н. Л. Боляк, Л. В. Денисова, М. В. Дутчак, М. М. Василенко, О. В. Корх-Черба, П. М. Кизім, А. В. Прима, Л. П. Сущенко, С.Ю.Путров, П.А. Слобожанінов та ін.) та ґрунтовно розглядають питання, пов'язані з професійною підготовкою майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах. Особливості фітнесу як ефективного засобу фізичної активності людини розглядали Н. І. Воловик, О. Г. Сайкіна, Е. Хоулі і Б. Френкс, Р. А. Bril, S. Coffman, L. H. Epstein, J. Greenberg, V. H. Heyward, E. T. Howley, B. D. Franks, та ін. Питанням, пов'язаним із теорією та методикою рекреації, значну увагу приділили вітчизняні (О. В. Андрєєва, В. П. Зайцев, Т. Ю. Круцевич, Є. Н. Приступа та ін.) і зарубіжні (В. М. Видрін, В. П. Виноградов, Winiarski та ін.) дослідники [1, 3, 4, 5, 6, 7, 11].

Так, П.А. Слобожанінов розробив модель формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій, уточнив критерії, показники та рівні сформованості професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації, експериментально підтвердив, що ефективність формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій забезпечується виявленими та теоретично обґрунтованими педагогічними умовами та довів, що на кінець педагогічного експерименту кількість студентів, які мали високий та середній рівні сформованості професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації, що підтвердило ефективність виявлених і теоретично обґрунтованих педагогічних умов формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій [10, 11].

Мета дослідження - проаналізувати теоретичні аспекти, визначити сучасний стан та напрями удосконалення, компоненти підготовки фахівців з фітнесу та рекреації в Україні. В якості метода дослідження використовували аналіз науково-педагогічної літератури.

Завдання роботи.

1. Проаналізувати науково-педагогічну літературу та узагальнити досвід провідних фахівців з фітнесу та рекреації.
2. Визначити сучасний стан та напрями удосконалення підготовки фахівців з фітнесу та рекреації в Україні.
3. Висвітлити особливості обов'язків фахівців з фітнесу та рекреації.

Виклад основного матеріалу дослідження. З часу незалежності нашої держави у сфері фізичного виховання і спорту склалася принципово нова ситуація. Критичний стан здоров'я населення, пов'язаний із несприятливими факторами, низьким рівнем рухової активності населення потребує невідкладних заходів. Так, із засобів масової інформації нам відомо, що кількість населення в Україні невпинно зменшується. За даними МОЗ України зменшується водночас кількість здорового населення [1, 7, 12].

У таких умовах зростають соціальні запити на висококваліфікованих спеціалістів з фітнесу та рекреації, які володіють достатнім об'ємом знань в галузі фізичної культури, фітнесу, рекреації, медицини, психології, економіки, а також арсеналом організаторських, методичних умінь, які сприяли б проведенню фізкультурно-оздоровчої і рекреаційної роботи з різними віковими групами. На думку фахівців, одним зі шляхів подолання кризи, що склалася у ставленні різних верств населення до фізичної культури, є теоретико-концептуальне обґрунтування стратегії підвищення спеціально-організованої рухової активності населення, яка б усвідомлювалась людьми як їхня життєва потреба. На необхідність активізації роботи в цьому напрямку орієнтують теоретиків і практиків фізичного виховання відомі зарубіжні і вітчизняні вчені.

Так, Т.Ю. Круцевич визначає фізичну культуру як складне явище, яке спрямовано на реалізацію соціальних, оздоровчих, виховних, освітніх та інших функцій диференціюється за такими специфічними напрямками: 1. Спорт (вищих досягнень і масовий спорт). 2. Фізичне виховання. 3. Фізична рекреація. 4. Фізична реабілітація. 5. Кондиційне тренування. Відносно самостійною формою функціонування фізичної культури, яка може задовольнити потреби людей в активному відпочинку та принести задоволення від рухливої активності та спілкування є фізична рекреація. У час несприятливих економічних умов життя, втрати або зміщення соціальних орієнтирів вона набуває особливої ваги [6].

Отже, слід більш детально розкрити поняття рекреація, активний відпочинок (лат. *Recreatio* –відпочинок) – це система заходів, пов'язана з використанням вільного часу людей для їх оздоровчої, культурно-ознайомчої і спортивної діяльності.

Рекреація охоплює всі види відпочинку. Відновлення здоров'я і працездатності шляхом відпочинку на лоні природи, або під час туристичної поїздки з відвіданням національних парків, архітектурних пам'яток, музеїв. Поняття рекреація включають: розширене відтворення фізичних, інтелектуальних та емоційних сил та етикету способом очищення, відновлення та будівництва природного середовища (річки, парку, лісу, ландшафтного феномену, заповідника); розширене відтворення фізичних, інтелектуальних та емоційних сил та етикету способом збереження місцевостей з культурно важливим значенням (пам'ятки архітектури, археологічної ділянки); будь-яка гра, розвага, яка використовується для

відновлення фізичних та розумових сил; найбільший сегмент індустрії дозволяє, що швидко розвивається, зв'язаний з участю населення в активному відпочинку на відкритому повітрі, проводиться переважно на вік-енд (у вихідні та святкові дні); перебудова організму і людських популяцій, що забезпечують можливість активної діяльності за різних умов характеру і змін навколишнього середовища; цивілізований відпочинок, що забезпечується різними видами профілактики захворювань в стаціонарних умовах екскурсійно-туристичними заходами, в процесі занять фізичними вправами.

Аналіз світового досвіду та результатів низки наукових досліджень переконують, що ефективним напрямом підвищення рівня рухової активності різних груп населення в Україні є вдосконалення системи технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності. При цьому під системою технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності розуміють окремий напрям фізичної культури та його елементи, об'єднані системостворюючим фактором в єдине ціле з можливістю самостійного функціонування. Дискусійним залишається питання про те, хто повинен встановлювати стандарти з оцінки кваліфікації інструкторів фітнесу: навчальні заклад, організації у сфері фітнес-індустрії, котрі відповідають за практичну роботу. Перевага у вирішенні цього питання надається фітнес-компаніям. Велику допомогу організаціям, які проводять підготовку фітнес-фахівців, надають розроблені й юридично затверджені програмно-інструктивні документи з вимогами до тестування рівня здоров'я та фізичної підготовленості а також до обладнання і спортивних споруд, програмування фітнес-занять та ін. Багато організацій висувають до кандидатів вимогу оволодіти сік ми реанімації (надання першої медичної допомоги) при захворювання серцево-судинної й дихальної систем.

У вітчизняній практиці проводиться робота з удосконалення системи програмного забезпечення сфери оздоровчої фізичної культури.

Так, розроблено і кваліфікаційну характеристику фахівця з рекреації й оздоровчої фізичної культури відповідно до державних законів України, а також із урахуванням Української класифікації професій, затвердженої Міністерством праці України, Міжнародною стандартною класифікацією освіти та Міжнародною стандартною класифікацією професій.

Професійна діяльність фахівця з рекреації й оздоровчої фізичної культури направлена на досягнення й збереження належного (високого) рівня фізичного стану у представників різних вікових і соціальних груп населення шляхом організації і проведення: комплексних заходів із формування здорового способу життя; роботи з впровадження фізичної культури на підприємствах, за місцем проживання та в зонах масового відпочинку людей; різноманітних фізкультурно-розважальних свят, змагань, конкурсів, шоу з урахуванням національних традицій України.

Фахівець з фітнесу та рекреації повинен бути готовий працювати: у різноманітних типах навчальних і спортивних установ Міністерства освіти і науки України і Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту; спортивних клубах, колективах фізичної культури на виробництві, в державних установах, різних типах спеціальних закладів; будинках культури, палацах учнівської молоді, у місцях масового відпочинку населення; санаторіях, будинках відпочинку, пансіонатах, на курортах, туристичних оздоровчих базах.

Слід визначити кваліфікаційні вимоги до фахівців, а саме: фахівець із рекреації та фітнесу повинен бути всебічно підготовленим до творчої професійно-педагогічної, фізкультурно-оздоровчої, агітаційно-пропагандистської роботи з різними соціальними групами населення, володіти основами знань соціальних, гуманітарних, психолого-педагогічних, медико-біологічних, спеціально-педагогічних наук. Для ефективного проведення фізкультурно-оздоровчої, навчально-виховної та агітаційно-пропагандистської роботи необхідно володіти знаннями анатомо-фізіологічних і психологічних особливостей стану здоров'я різних вікових груп населення, а також гігієнічних вимог до навколишнього середовища. Так, у результаті узагальнення передового національного та світового досвіду виділено форми реалізації технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності, які представлені чотирма групами програм: спортивні програми – це спеціально організовані загальнодоступні масові спортивні заходи, що можуть проводитися як у формі змагань, так і у формі спортивних фестивалів, показових спортивних виступів; зміст спортивних програм складають окремі спортивні вправи, або декілька вправ, які визначають вид змагальної діяльності та підготовки до неї, а також регламент проведення спортивного заходу; можуть бути заочними, коли окремі учасники чи команди змагаються між собою на відстані, фіксуючи певні показники, або проводяться безпосередньо для всіх учасників у місцях масового відпочинку людей та інших пристосованих місцях; організаціями, які є відповідальними за розробку та реалізацію спортивних програм є державні органи управління фізичною культурою і спортом, спортивні школи, клуби, центри «Спорт для всіх» тощо; фітнес-програми – заняття фізичними вправами з направленістю на підвищення функціональних можливостей організму та профілактику різноманітних захворювань людей, що здійснюються самостійно або у формальних групах у фітнес-центрах, фітнес-клубах, школах-фітнесу тощо; фітнес-програми направлені на задоволення різних фізкультурно-спортивних й оздоровчих інтересів широких верств населення, тому до змісту поняття *фітнес* входять багатофакторні компоненти інтересів особистості, а саме: планування життєвої кар'єри, особиста гігієна, фізичне тренування, раціональне харчування, профілактика захворювань, соціальна активність, психоемоційна регуляція, в тому числі боротьба зі стресами та шкідливими звичками, фактори здорового способу життя; рекреаційні програми – заняття фізичними вправами розважального характеру, що здійснюються самостійно або у неформальних групах за місцем проживання та/або масового відпочинку людей, у спеціальних рекреаційних місцях (бази відпочинку, профілакторії, лісопаркові зони, туристичні бази тощо); оздоровчі програми – спеціальні заняття фізичними вправами лікувально-реабілітаційного напрямку, що здійснюються самостійно або у неформальних групах за місцем проживання у спеціально призначених місцях чи у закладах масового оздоровлення людей: в профілакторіях, санаторіях, лікарнях, освітньо-виховних закладах тощо; такі заняття проводяться, як правило, у формі лікувальної фізичної культури.

Багаторічний національний та міжнародний досвід формування різноманітних фітнес-програм дозволяє визначити основні обов'язки фахівців з фітнесу та рекреації: підбір індивідуальних програм для осіб різних вікових категорій, проведення групових фітнес-програм, контроль вірного виконання вправ, дотримання техніки безпеки і допомога в роботі зі спортивним інвентарем, розробка персональної програми схуднення або швидкого набору м'язової маси, взаємодія з реабілітологами, дієтологами тощо. Так, фітнес-програма повинна передбачати заходи формування свідомого ставлення до

участі в ній; комплекси вправ для фітнес-програм повинні складатися для певних груп населення з врахуванням їх підготовленості та бути доступними для виконання; бажано враховувати специфіку роботи учасників процесу та час, який може бути використаний для занять протягом робочого дня; слід пропонувати послуги в організації занять фітнесом з врахуванням вподобань аудиторії; складаючи фітнес-програму занять, потрібно виходити з конкретних цілей, котрі перед ними ставляться: активний відпочинок, підвищення фізичної підготовленості, зниження маси тіла, профілактика будь-як захворювання чи інше; фітнес-програма повинна бути націлена на отримання задоволення від занять, а не на показники масовості охоплення населення; на перший план висуваються потреби, мотиви й інтереси учасників фітнес-занять; фітнес-програмою повинна передбачатися оцінка стану здоров'я, рівня фізичної підготовленості тих, хто займається; до того ж тестування повинне бути систематичним, комплексним, проводиться через певні проміжки; часу, оскільки це сприяє підтримці інтересу до фітнес-програм; фітнес-програма повинна передбачати умови для спілкування та позитивні емоції у процесі виконання вправ; перш ніж почати виконання фітнес-програм, необхідно створити безпечні умови, звернувши особливу увагу на рівень медичного забезпечення; фітнес-програми повинні регулярно поновлюватися, що зменшить ефект звикання та сприятиме поступальному фізичному вдосконаленню учасників.

Висновки. Аналіз наукових робіт дав змогу визначити сучасний стан та основні напрями удосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації в Україні. Таким чином, фахівець з фітнесу та рекреації повинен бути всебічно підготовленим до творчої професійно-педагогічної, фізкультурно-оздоровчої, агітаційної та рекреаційної роботи з різними соціальними групами населення, володіти основами знань соціальних, гуманітарних, психолого-педагогічних, медико-біологічних, спеціально-педагогічних наук. Володіти знаннями анатомо-фізіологічних і психологічних особливостей стану здоров'я різних вікових груп населення тощо.

Перспективи подальших досліджень. На основі отриманих результатів планується розробити методiku й критерії підготовки майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації до роботи в школі.

Література

1. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення: [монографія]. / О. В. Андреева. – К. : Поліграфсервіс, 2014. – 280 с.
2. Андреева О. Стан та напрями удосконалення системи підготовки кадрів з рекреації та оздоровчої фізичної культури / Олена Андреева, Олександра Благий, Людмила Фандікова // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2002. – № 2–3. – С. 24–27.
3. Василенко М. М. Становлення системи вищої фізкультурної майбутніх фітнес-тренерів в Україні / Марина Миколаївна Василенко // Освітлогічний дискур.- 2016.- № 3 (15). – С. 30-43.
4. Корх-Черба О. В. Основні напрями реалізації системного підходу у професійній діяльності майбутнього фітнес-тренера / О.В. Корх-Черба / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура, спорт). - Випуск 3К1(57)15: зб. наук. праць / За ред. Г. М. Арзютова. - К.: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. с. 32-35.
5. Корх-Черба О. В. Основні складові змісту науково-дослідних робіт з фізичного виховання /О.В. Корх-Черба / Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт, 112 (2),2013. с. 153-155.
6. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч.посібник / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2010. – 370 с.: іл.
7. Системний підхід у професійній діяльності тренера з фітнесу : навч. посіб. /А. А. Боляк, Н. Л. Боляк, О. В. Корх-Черба, П. М. Кизім. – Харків : ХДАФК, 2012. – 130 с.
8. Сайкина Е. Г. Концептуальные основы подготовки специалистов по фитнесу в современных социокультурных условиях: Монография. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2007. – 393 с.
9. Слобожанінов, П. А. Формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій : автореф. дис. ... канд. пед. наук. 13.00.04 / Павло Андрійович Слобожанінов ; [Наук. кер. С. Ю. Путров] ; М-во освіти і науки України ; Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова. - Київ, 2017. – 23 с.
10. Слобожанінов П.А. Рекреації із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій: теоретичний аспект / П. А. Слобожанінов, Л. П. Сущенко // 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, 2017. – Вип. 5К (86)– С. 308-311.
11. Сущенко Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): Монографія / Л.П.Сущенко – Запоріжжя: ЗДУ, 2003. – 442 с.
12. Товт В.А., Маріонда І.І., Сивохоп Е.М., Сусла В.Я. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Навчальний посібник для викладачів і студентів. – Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. – 88 с.
13. Earle R. NSCA's essentials of personal training. NSCA Certification Commission; 2004. P. 162, 617.

References

1. Andryeyeva O. V. Fyzy`chna rekreaciya rizny`x grup naseleण्या: [monografiya]. / O. V. Andryeyeva. – K. : Poligrafservis, 2014. – 280 s.
2. Andryeyeva O. Stan ta napryamy` udoskonalennya sy`stemy` pidgotovky` kadriv z rekreaciyi ta ozdorovchoyi fizy`chnoyi kul`tury` / Olena Andryeyeva, Oleksandra Blagij, Lyudmy`la Fandikova // Teoriya i metody`ka fiz. vy`xovannya i sportu. – 2002. – # 2–3. – S. 24–27.
3. Vasy`lenko M. M. Stanovlennya sy`stemy` vy`shhoyi fizkul`turnoyi majbutnix fitnes-treneriv v Ukraini / Mary`na My`kolayivna Vasy`lenko // Osvitologichny`j dy`skur.- 2016.- # 3 (15). – S. 30-43.

4. Korx-Cherba O. V. Osnovni napryamy` realizaciyi sy`stemnogo pidxodu u profesijnij diyal`nosti majbutn`ogo fitness-trenera / O.V. Korx-Cherba / Naukovy`j chasopy`s Nacional`nogo pedagogichnogo universy`tetu imeni M. P. Dragomanova. Seriya # 15. Naukovo-pedagogichni problemy` fizy`chnoyi kul`tury` (fizy`chna kul`tura, sport). - Vy`pusk 3K1(57)15: zb. nauk. pracz` / Za red. G. M. Arzyutova. - K.: Vy`d-vo NPU imeni M. P. Dragomanova, 2015. s. 32-35.
5. Korx-Cherba O. V. Osnovni skladovi zmistu naukovo-doslidny`x robiz z fizy`chkogo vy`xovannya /O.V. Korx-Cherba / Visny`k Chernigivs`kogo nacional`nogo pedagogichnogo universy`tetu. Ser.: Pedagogichni nauky`. Fizy`chne vy`xovannya ta sport, 112 (2),2013. s. 153-155.
6. Krucev`ch T.Yu., Bezverxnya G.V. Rekreaciya u fizy`chnij kul`turi rizny`x grup naselelnya: navch.posibny`k / T.Yu. Krecev`ch, G.V. Bezverxnya. – K.: Olimp. I-ra, 2010. – 370 s.: il.
7. Sy`stemny`j pidxid u profesijnij diyal`nosti trenera z fitnessu : navch. posib. /A. A. Bolyak, N. L. Bolyak, O. V. Korx-Cherba, P. M. Ky`zim. – Xarkiv : XDAFK, 2012. – 130 s.
8. Sajky`na E. G. Konceptual`nye osnovy podgotovky` specy`aly`stov po fy`tnesu v sovremennyx socy`okul`turnyx uslovy`yax: Monografy`ya. – SPb.: Y`zd-vo RGPU y`m. A.Y`. Gercena, 2007. – 393 s.
9. Slobozhaninov, P. A. Formuvannya profesijnoyi kompetentnosti majbutnix faxivciv z fitnessu ta rekreaciyi iz zastosuvannyam informacijno-komunikacijny`x tehnologij : avtoref. dy`s. ... kand. ped. nauk. 13.00.04 / Pavlo Andrijoyv`ch Slobozhaninov ; [Nauk. ker. S. Yu. Putrov] ; M-vo osvity` i nauky` Ukrainy` ; Nacz. ped. un-t imeni M. P. Dragomanova. - Ky`yiv, 2017. – 23 s.
10. Slobozhaninov P.A. Rekreaciyi iz zastosuvannyam informacijno-komunikacijny`x tehnologij: teorety`chny`j aspekt / P. A. Slobozhaninov, L. P. Sushhenko // Naukovy`j chasopy`s Nacional`nogo pedagogichnogo universy`tetu imeni M. P. Dragomanova. Seriya 15 : Naukovo-pedagogichni problemy` fizy`chnoyi kul`tury` / fizy`chna kul`tura i sport : zb. nauk. pracz`. – Ky`yiv : Vy`d-vo NPU imeni M. P. Dragomanova, 2017. – Vy`p. 5K (86)– S. 308-311.
11. Sushhenko L.P. Profesijna pidgotovka majbutnix faxivciv fizy`chnogo vy`xovannya ta sportu (teorety`kometodologichny`j aspekt): Monografiya / L.P.Sushhenko – Zaporizhzhya: ZDU, 2003. – 442 s.
12. Tovt V.A., Marionda I.I., Sy`voxop E.M., Susla V.Ya. Teoriya i tehnologiyi ozdorovcho-rekreacijnoyi rukovoyi akty`vnosti. Navchal`ny`j posibny`k dlya vy`kladachiv i studentiv. – Uzhgorod, DVNZ «UzhNU», «Goverla». 2015. – 88 s.
13. Earle R. NSCA's essentials of personal training. NSCA Certification Commission; 2004. P. 162, 617.

УДК : 373.5.091.26:796.323.2

Костюк Ю. С.
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ
Хотенцева О. В.
Національний університет біоресурсів і природокористування України, м. Київ

КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ УСПІШНОСТІ УЧНІВ 5 – 9 КЛАСІВ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ БАСКЕТБОЛУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті особливу увагу приділено викладанню варіативного модуля «Баскетбол» у середній школі. Висвітлено основні положення навчальної програми з фізичної культури для учнів 5 – 9 класів закладів загальної середньої освіти, які недостатньо розкривають критерії оцінювання навчальних досягнень на уроках з баскетболу. Розроблено навчальні нормативи з розділу «Баскетбол» з урахуванням статево-вікових особливостей, які передбачають 12-бальну інтегральну оцінку технічної підготовленості учнів середніх класів на уроках з баскетболу. Запропоноване комплексне оцінювання дає змогу вдосконалити навчальну програму з фізичної культури для учнів 5 – 9 класів закладів загальної середньої освіти.

Ключові слова: критерії оцінювання, учні, баскетбол, технічні дії, фізична культура, інтегральний показник.

Костюк Ю. С., Хотенцева О. В. Критерии оценки успеваемости учащихся 5 - 9 классов в процессе изучения баскетбола на уроках физической культуры. В статье особое внимание уделено преподаванию вариативного модуля «Баскетбол» в средней школе. Освещены основные положения учебной программы по физической культуре для учащихся 5 - 9 классов учреждений общего среднего образования, которые недостаточно раскрывают критерии оценки учебных достижений на уроках по баскетболу. Разработаны учебные нормативы по разделу «Баскетбол» с учетом половых и возрастных особенностей, которые предусматривают 12-бальную интегральную оценку технической подготовленности учащихся средних классов на уроках по баскетболу. Предложенное комплексное оценивание позволяет усовершенствовать учебную программу по физической культуре для учащихся 5 - 9 классов учреждений общего среднего образования.

Ключевые слова: критерии оценки, ученики, баскетбол, технические действия, физическая культура, интегральный показатель.

Kostiuk Yuliia, Khotentseva Olena. Criteria for evaluation of successes of 5 - 9 clients in the process of basketball study on physical cultural studies. In the article special attention is paid to the teaching of the variant module "Basketball" in high school. The main provisions of the physical education curriculum for students of the 5th-9th forms of general secondary education institutions that are insufficiently reveal the criteria for evaluating academic achievements in basketball lessons are highlighted.

The value of basketball in the system of physical education of schoolchildren as a complex means of physical development, health promotion, formation of vital skills and abilities, development of creative abilities and psycho-physiological