

3. Babushkin V. (1976) Techno-tactical training of young basketball players / V.Z. Grandmother. - K.: Health.
4. Kolos V. (1988) Basketball: theory and practice / V.M. Ear. - Minsk: Polymia. - 167 p.
5. Kutsevich T. (2008) Theory and methodology of physical education: a textbook for students. higher. teach. closed Phys. outgoing call and sports: in 2 volumes / ed. T.Yu. Krutsevich. - Kyiv: Olympic Literature. - Vol. 1: General principles of the theory and methodology of phys. outgoing call - 392 sec. ; Volume 2: Methods of Phys. outgoing call different population groups. - 368 p.
6. Kuzin V. Polyevsky S. (1999) Basketball: The Beginning Stage of Training / V.V. Kuzin, S.A. Polyevsky. - M.: Physical Education and Spor. - 133p.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2019.12(120)19.11
УДК 796.011.3:378

Жамардїй В.О.
кандидат педагогічних наук, викладач
Українська медична стоматологічна академія, м. Полтава

КОМПОНЕНТИ МОДЕЛІ МЕТОДИЧНОЇ СИСТЕМИ ЗАСТОСУВАННЯ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ

У статті розглядаються компоненти моделі методичної системи застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання студентів. З'ясовано, що всі компоненти методичної системи підпорядковуються меті формування і виховання особистості студента через процес застосування фітнес-технологій, які мають сформувати гармонійно розвинену особистість. До структури авторської моделі було введено мотиваційно-цільовий, змістово-організаційний, технологічний і контрольнo-діагностичний блоки. Цільовий блок моделі є системоутворюючим і визначає загальну векторну спрямованість фізкультурно-оздоровчої діяльності у ЗВО. До змістово-організаційного блоку віднесені фундаментальні закони, поняття, фітнес-технології, фізкультурно-оздоровча діяльність, які направлені на збереження здоров'я, підтримання фізичної підготовленості і працездатності та фізичного розвитку студентів, формування і виховання в них безперервного дотримання норм здорового способу життя. Технологічний блок містить методи навчання, виховання і розвитку особистості студента, форми організації освітнього процесу із застосування фітнес-технологій, способи організації студентів на заняттях, методи регулювання фізичних навантажень. Контрольнo-діагностичний блок моделі передбачає моніторинг і діагностику рівня сформованості у студентів знань, практичних умінь і навичок, рівня фізичної підготовленості й оволодіння фітнес-технологіями.

Ключові слова: компоненти, методична система, модель, студенти, фізичне виховання, фітнес-технології.

Жамардїй В.А. Компоненты модели методической системы применения фитнес-технологий в образовательном процессе по физическому воспитанию студентов

В статье рассматриваются компоненты модели методической системы применения фитнес-технологий в образовательном процессе по физическому воспитанию студентов. В структуру авторской модели было введено мотивационно-целевой, содержательно-организационный, технологический и контрольно-диагностический блоки. Целевой блок модели является системообразующим и определяет общую векторную направленность физкультурно-оздоровительной деятельности в высших учебных заведениях. К содержательно-организационному блоку отнесены фундаментальные законы, понятия, фитнес-технологии, физкультурно-оздоровительная деятельность, направленные на сохранение здоровья, поддержания физической подготовленности, работоспособности и физического развития студентов, формирование и воспитание в них непрерывного соблюдения норм здорового образа жизни. Технологический блок содержит методы обучения, воспитания и развития личности студента, формы организации образовательного процесса по применению фитнес-технологий, способы организации студентов на занятиях, методы регулирования физических нагрузок. Контрольно-диагностический блок модели предусматривает мониторинг и диагностику уровня сформованности у студентов знаний, практических умений и навыков, уровня физической подготовленности и овладения фитнес-технологиями.

Ключевые слова: компоненты, методическая система, модель, студенты, физическое воспитание, фитнес-технологии.

Zhamardiy V. Implementation of the concept of the methodical system of application of fitness technologies in the educational process of physical education of students

The components of the model of the methodical system of application of fitness technologies in the educational process of physical education of students are considered in the article. The created model has a purpose, tasks, content, principles, methods, forms, tools and tests. It is found that all components of the methodological system are subordinated to the purpose of formation and education of the student's personality through the process of applying fitness technologies, which should form a harmoniously developed personality. The structure of the author's model has been introduced motivational-target, content-organizational, technological and diagnostic blocks. The target block of the methodological system model is system-forming and determines the general vector orientation of the physical-fitness activity in the higher education institutions. In this block, special attention is paid to

the formation of motivation for fitness classes in students, which solves both the external goals and the internal needs of students. The content-organizational unit includes fundamental laws, concepts, fitness technologies, physical and fitness activities aimed at preserving health, maintaining physical fitness and efficiency and physical development of students, forming and nurturing in them the continuous observance of healthy lifestyles. The technological block contains methods of training, education and development of the student's personality, forms of organization of the educational process on the use of fitness technologies, ways of organizing students in classes, methods of regulation of physical activity. The control and diagnostic unit of the methodical system model provides for monitoring and diagnostics of students' level of knowledge, practical skills, fitness level and mastering of fitness technologies. Assessment of students allows you to determine the levels of fitness and fitness (high, sufficient, medium and low).

Key words: components, methodical system, model, students, physical education, fitness technologies.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Сучасний стан фізичного виховання характеризується пошуком нових підходів до проведення навчальних занять, розробкою засобів підвищення якості освітнього процесу з фізичного виховання, створенням у ЗВО здоров'язберігаючого освітнього середовища. Вагома роль при цьому надається фітнес-технологіям, які допомагають ефективно розв'язувати освітні завдання в умовах обмеженості навчального часу відведеного на фізичне виховання, а також сприяють підвищенню якості знань серед студентів, забезпечують стійкий інтерес до фізичного виховання та спорту, розвивають мотиваційну культуру.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Незважаючи на те, що в останні роки з'явилася значна кількість досліджень щодо застосування інноваційних технологій в освітньому процесі з фізичного виховання студентів потребують теоретичного обґрунтування, розробки та практичного застосування сучасні фітнес-технології, які мають значний функціональний і дидактичний потенціал. Вони сприяють мотивації до занять із фізичного виховання, розширенню пізнавальних можливостей, полегшенню процесу отримання та засвоєння навчальної інформації, здійсненню систематичного контролю за станом здоров'я та рівнем фізичної підготовленості студентів [1, 3, 6, 8, 9, 10].

Формування мети роботи. Мета статті полягає у визначенні компонентів моделі методичної системи застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Створена модель методичної системи застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання студентів має: *мету, завдання, зміст, принципи, методи, форми, засоби і тести*. Всі компоненти методичної системи підпорядковуються меті формування і виховання особистості студента через процес застосування фітнес-технологій, які мають сформувати всебічно розвинену особистість. Науково обґрунтувавши теоретичні основи формування методичної системи застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів до структури авторської моделі було введено мотиваційно-цільовий, змістово-організаційний, технологічний і контрольо-діагностичний блоки.

Мотиваційно-цільовий блок моделі методичної системи застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання та під час самостійних занять фізкультурно-оздоровчою діяльністю студентів є системоутворюючим і визначає загальну векторну спрямованість фізкультурно-оздоровчої діяльності у ЗВО. У цільовому блоці формується мета, завдання, функції, система знань і умінь, структура фізичної підготовки, що спрямовано на формування гармонійно розвинених висококваліфікованих майбутніх фахівців. У цьому блоці особлива увага звертається на формування у студентів мотивації до занять фітнес-технологіями, де вирішуються як зовнішні цілі, так і внутрішні потреби студентів.

Зовнішні освітні цілі ставить держава, суспільство, система освіти. Вони накладаються на цілі, потреби та мотиви особистості студента, часом обмежують поле свободи особистості. Тому, основною стратегією реалізації цілей у підвищенні результативності фізкультурно-оздоровчої діяльності учасників освітнього процесу у ЗВО є процес спрямування студента на те, щоб зовнішні цілі були усвідомлені ним і прийняті як свої особисті, тобто, щоб відбулася конвергенція (взаємне узгодження зовнішніх цілей і внутрішніх установок особистості) [6, с. 211]. Внутрішня мета формується самим студентом і залежить від його потреб та мотивів. Для вирішення внутрішньої мети засобами застосування фітнес-технологій студент має свідомо змінити своє ставлення до фізкультурно-оздоровчої діяльності та вирішити ряд часткових завдань: сформувати позитивне ставлення до власного здоров'я, здорового способу життя, досягнення необхідного рівня рухової активності за рахунок застосування фітнес-технологій у життєдіяльності; оволодіти технікою і методикою вдосконалення за особистісно-орієнтованим вибором фітнес-технологій як засобу рухової активності; систематично підтримувати рівень здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості та працездатності; оволодіти знаннями, уміннями та навичками безпеки життєдіяльності під час занять фітнес-технологіями.

Цільовий блок під час застосування фітнес-технологій в фізкультурно-оздоровчій діяльності передбачає вирішення *загальнопедагогічних* (освітня, виховна) та *специфічних* (організаційна, оздоровча, профілактична, рекреаційна) функцій фітнес-технологій. *Освітня функція* направлена на задоволення потреб студентів у засвоєнні спеціальних теоретичних знань, набутті умінь і навичок застосування фітнес-технологій, тобто опанування певного обсягу знань у фізкультурно-оздоровчій діяльності. *Виховна функція* вирішує питання: формування фізкультурно-оздоровчої спрямованості студента та готовності його до здорового способу життя; виховання інтересів і мотиваційно-ціннісного ставлення до фітнес-технологій; формування стійких установок на систематичні заняття фітнес-технологіями для забезпечення доброго здоров'я, високого рівня фізичної підготовленості та працездатності.

Організаційна функція спрямована на чітку організацію проведення фітнес-технологій, що сприяє успішній постановці завдань і організованому здійсненню фізкультурно-оздоровчої діяльності. При цьому має враховуватися контингент студентів, рівень їх фізичної підготовленості та стан здоров'я, умови і спрямованість фітнес-технологій, форми їх

проведення тощо. *Оздоровча функція* спрямована на зміцнення здоров'я, покращення антропометричних і морфологічних показників, удосконалення фізичних якостей та забезпечення високої фізичної працездатності. *Профілактична функція* фітнес-технологій спрямована на профілактику травматизму, що являє собою комплекс організаційно-методичних заходів по вдосконаленню методики проведення фітнес-технологій. *Рекреаційна функція* досягається внаслідок використання фітнес-технологій за умови дотримання таких принципів організації і проведення занять як систематичність, поступовість, доступність, регулярність, індивідуалізація, орієнтація на визначені обсяги та інтенсивність фізичних навантажень. Профілактично-оздоровчі заняття фітнес-технологіями спрямовані на попередження захворювань і відновлення фізичної працездатності.

Таким чином, конвергенція цілей соціального замовлення до підготовки майбутніх фахівців формує мету методичної системи застосування фітнес-технологій, яка передбачає постійне оновлення та удосконалення фізкультурно-оздоровчого процесу студентів, а саме: оновлення змісту, форм і методів застосування фітнес-технологій в умовах освітнього середовища ЗВО.

До **змістово-організаційного блоку** нами віднесені фундаментальні закони, поняття, фітнес-технології, фізкультурно-оздоровча діяльність, які направлені на збереження здоров'я, підтримання фізичної підготовленості і працездатності та фізичного розвитку студентів, формування і виховання в них безперервного дотримання норм здорового способу життя. Цей блок базується на загальнодидактичних і частково дидактичних принципах, а також відповідає критеріям підбору засобів і форм фітнес-технологій, які можна застосовувати як в освітньому процесі з фізичного виховання, так і під час самостійних фізкультурно-оздоровчих занять. Зміст фітнес-технологій має формуватися таким чином, щоб студенти могли досягнути мети та завдань, які забезпечують необхідний стан здоров'я, фізичної підготовленості і працездатності та формують стійкий інтерес і мотивацію до здорового способу життя. Кожна фітнес-технологія передбачає розвиток фізичних якостей, формування основних рухових умінь і навичок, забезпечує зміцнення здоров'я та загартовування організму тощо. При цьому враховується, що ефективність кожної фітнес-технології буде реалізовуватися за особистісно-орієнтованим вибором рухової активності, мотиваційно-ціннісним уподобанням студентів [2].

Мета та зміст фітнес-технологій для студентів ЗВО реалізуються в освітньому процесі з фізичного виховання та під час позанавчальної фізкультурно-оздоровчої діяльності в рамках змістового компонента методичної системи, до якого входять методи, форми та засоби фізичного виховання, зокрема фітнес-технології. Функціонування фітнес-технологій розглядаються через категорії «діяльність» і «потреба». Виступаючи складовою частиною, підсистемою фізичного виховання фітнес-технології знаходяться у певних зв'язках, взаєминах із іншими соціальними системами. Ці взаємозв'язки можуть бути загальнокультурними та соціально-економічними, пов'язаними з умовами життя студентів та не однаковими формаціями. Їх структура, ідеали, принципи, ціннісний склад, функції у цілому визначаються потребами та конкретними формами суспільного життя студентів. Загальні закономірності функціонування фітнес-технологій, що відображають характер їх взаємодії з навколишнім середовищем, можна сформулювати як підсистема суспільства, що формується і змінюється під впливом загальнокультурних, матеріальних і соціальних умов життя студентства.

Процес застосування фітнес-технологій суттєво залежить від політико-економічної ситуації, соціального становища, навколишнього оточення, матеріально-технічного забезпечення, внутрішньосвітніх відносин, які впливають на виховні взаємовідносини між викладачем і студентом. Досить важливо створити умови, які сформулюють позитивні тенденції розвитку студентського колективу та окремих його членів. За допомогою фітнес-технологій формуються змістові узагальнення методичної системи, реалізується логіка сходження від абстрактного до конкретного, а також інтенсивне формування «розвивальних новоутворень» спеціально організованої навчально-виховної діяльності – фізкультурно-оздоровчого інтересу до здорового способу життя, зокрема підтримання високого рівня рухової активності [4].

Розглядаючи застосування фітнес-технологій з позиції системно-функціонального підходу технологію слід розглядати як динамічну систему, компоненти якої забезпечують взаємозв'язок і взаємодію її елементів для отримання позитивного результату, а саме необхідного стану здоров'я студентів, рівня їх фізичної підготовленості та працездатності, фізичного розвитку, що характеризує успішність застосування фітнес-технологій. Оздоровчу діяльність студентів у ЗВО можна підвищити за умов упровадження фітнес-технологій на індивідуальному рівні, а також на рівні навчальної групи, факультету, закладу освіти. При цьому застосування фітнес-технологій включає в себе функції цілепокладання, моніторингу, планування, прийняття управлінських рішень, організації фізкультурно-оздоровчого процесу, контролю, регулювання та корекції. Наявність діагностичного супроводу забезпечує своєчасну комплексну інформацію про стан і результати застосування фітнес-технологій в освітньому процесі ЗВО.

Технологічний блок методичної системи застосування фітнес-технологій містить методи навчання, виховання і розвитку особистості студента, форми організації освітнього процесу із застосування фітнес-технологій, способи організації студентів на заняттях, методи регулювання фізичних навантажень. Цей блок також забезпечує засвоєння студентами системи знань, формування фізкультурно-оздоровчих умінь і навичок. Основу технологічного блоку складає навчально-методичний комплекс із дисципліни «Фізичне виховання» (лекції, практичні, консультації, самостійні заняття, навчально-методичні посібники, методичні рекомендації, комплекти завдань, засоби для самопідготовки, комплекси тестів, критерії оцінки студентів із фізичного виховання тощо). Саме технологія викладання фізичного виховання виявляє умови для функціонування методичної системи, тобто у нашому випадку проектується застосування фітнес-технологій для забезпечення виконання завдань фізичного виховання [7].

Реалізація технологічного блоку методичної системи застосування фітнес-технологій передбачає застосування трьох груп методів, а саме: *методи, що спрямовані на оволодіння знаннями; методи, які спрямовані на оволодіння*

руховими вміннями і навичками; методи, що спрямовані на розвиток фізичних якостей. Групу методів, що забезпечували оволодіння знаннями, становили словесні та наочні методи, які забезпечували усне передавання та засвоєння інформації. Серед словесних методів навчання застосовувалися: розповідь, бесіда, пояснення, опис, характеристика. За допомогою словесних методів у студентів створювалося уявлення про вправи, їх форму та характер, зміст фітнес-технологій тощо. Наочні методи створюють у студентів конкретний образ дії, руху або вправи. Вони передбачали: показ вправ, демонстрацію наочних навчальних посібників і різних елементів фітнес-технологій.

Серед методів, спрямованих на оволодіння руховими вміннями і навичками, застосовувалися метод розчленованої вправи та метод цілісної вправи. Сутність методу розчленованого навчання полягала у тому, що вправу розділяли на основні фази. Спочатку студенти оволодівали кожною з них окремо, а потім у цілому. Метод цілісного навчання використовувався під час розучування більш простих вправ і вдосконалення рухових умінь і навичок.

До методів, спрямованих на розвиток фізичних якостей, які застосовувалися методичною системою застосування фітнес-технологій належали: рівномірний, змінний; інтервальний, повторний, контрольний і змагальний. Рівномірний метод характеризується тим, що студенти тривалий час виконують певні вправи в постійному темпі та ритмі, не змінюючи величину зусиль та амплітуду рухів. Цей метод сприяє вирішенню завдань підвищенню економічності рухів, переважному розвитку аеробних і частково анаеробних можливостей організму, розвитку загальної і спеціальної витривалості та фізичної працездатності. Переваги рівномірного методу дозволяють виконувати значний обсяг навантаження.

Змінний метод спрямований на безперервне виконання вправ зі зміною темпу, ритму, ваги снарядів. Завдання, що вирішувалися змінним методом: розширюють діапазон рухових навичок, підвищують координаційні здібності, сприяють розвитку загальної і спеціальної витривалості та фізичної працездатності. У безперервній зміні виконання вправ відбувається плавне переведення організму з одного режиму роботи в інший. Все це сприяє розвитку широкої адаптації студентів до різних умов занять фітнес-технологіями. Інтенсивність виконання вправ змінювалася у межах ЧСС від 140 до 180 уд/хв. Інтервальний метод характеризується чітким дозуванням тривалості виконання вправ. Показники ЧСС використовуються як критерій оцінювання інтенсивності вправи та тривалості інтервалів відпочинку. Кількість повторів у підході повинна бути такою, щоб ЧСС до його завершення була у межах 170–180 уд/хв, а наступний підхід починався після зниження пульсу до 120 уд/хв. Інтервальний метод дозволяє комплексно розвивати спеціальну витривалість та фізичну працездатність. Переваги інтервального методу полягають у тому, що він дозволяє точно дозувати фізичне навантаження, забезпечує високу щільність заняття. Повторний метод визначається чітким розділенням окремих періодів роботи паузами для відпочинку. У разі застосування повторного методу студент багаторазово виконує одну й ту ж вправу до настання втоми. Повторне виконання вправи збільшує енергетичні ресурси м'язів, сприяє більш економічному витрачання енергії.

Змагальний метод використовується для проведення контролю і оцінки розвитку фізичних і вольових якостей студентів. Під час застосування фітнес-технологій необхідно періодично застосовувати коловий та ігровий методи. Коловий метод характеризується послідовним виконанням комплексу фізичних вправ. Його ефективність полягає у тому, що до одного тренувального заняття входить значна група різноманітних вправ. Відповідно до цілей і завдань заняття підбиралися вправи, кожна з яких виконується на певному місці, де встановлено необхідний інвентар та обладнання. Вправи виконувалися за коловою системою кілька разів. Ігровий метод застосовується в основному для розвитку загальної витривалості та як засіб активного відпочинку [5]. Методична система застосування фітнес-технологій передбачає використання трьох форм організації проведення занять: групова, індивідуальна, а також групова з індивідуальним підходом. Групова форма навчання проводиться зі студентами, які мають однорідність за показниками фізичного розвитку, фізичної підготовленості тощо. Індивідуальна форма навчання використовується при проведенні занять із студентами з низьким рівнем фізичної підготовленості або зі студентами-спортсменами. Групова форма навчання з індивідуальним підходом передбачала виконання групових завдань та індивідуальних указівок викладача. **Контрольно-діагностичний блок** моделі методичної системи застосування фітнес-технологій передбачає моніторинг і діагностику рівня сформованості у студентів знань, практичних умінь і навичок, рівня фізичної підготовленості й оволодіння фітнес-технологіями. Цей блок передбачає контроль і оцінювання ефективності застосування фітнес-технологій, які дозволяють перевірити сформованість цільового, змістово-організаційного та технологічного блоків методичної системи. Оцінювання студентів дозволяє визначити рівні фізкультурно-оздоровчих компетентностей (високий, достатній, середній і низький). **Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі.** У цілому методична система застосування фітнес-технологій має здійснюватися на основі теоретичної моделі, направленої на вирішення і забезпечення достатнього рівня теоретичних знань, необхідного мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фітнес-технологій, засобів фізичної культури та здорового способу життя. Перспективи подальших розвідок у даному напрямі полягають у викладенні результатів педагогічного формуального експерименту.

Література

1. Воловик Н. І. Основи оздоровчого фітнесу. – Київ, Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – 240 с.
2. Грибан Г. П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів : монографія / Г. П. Грибан. – Житомир : Вид-во «Рута», 2012. – 514 с.
3. Давыдов В. Ю., Шамардин А. И., Краснова Г. О. Новые фитнес-системы (новые направления, методики, оборудование и инвентарь). – Волгоград : ВРАФК, 2001. – 140 с.
4. Завидівська Н. Н. Теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у процесі здоров'язбережувального навчання : автореф. дис. ... д-ра пед. наук зі спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». – Київ, 2013. – 40 с.

5. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. – К. : Олімпійська література, 2008. Т. 2. – 368 с.
6. Кузнецова О. Т. Оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів : теорія, методика, практика : монографія. Рівне : Волин. Обереги, 2018. – 416 с.
7. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання [текст] : навчальний посібник для студентів вузів. – К. : Центр навчальної літератури, 2008. – 503 с.
8. Синиця С. В., Шестерова Л. В. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навч. посіб. – Полтава : ПНПУ, 2010. – 244 с.
9. Griban G., Prontenko K., Zhamardiy V., Tkachenko P., Kruk M., Kostyuk Y., Zhukovskyi Y. Professional stages of a physical education teacher as determined using fitness technologies // Journal of Physical Education and Sport. 2018. 18 (2), P. 565–569.
10. Zhamardiy V.O., Donchenko V.I., Yemets A.V., Skrinnik Y.O. Physical development by means of fitness technologies as one of general aspects of student's health // Wiadomości Lekarskie. 2019. Tom LXXII, nr 5 cz II. P. 1074–1078.

Reference

1. Volovik N. I. (2010). "Fundamentals of health fitness", Kyiv, View. of the NPU named after M. P. Dragomanov, 240 p.
2. Hryban H. P. (2012). "Physical education of students of agrarian higher educational institutions : monograph". Zhytomyr, View of "Ruta". 514 p.
3. Davydov V. Yu., Shamardin A. I., Krasnova G. O. (2001). "New fitness systems (new directions, methods, equipment and equipment)", Volgograd : VRAFC, 140 p.
4. Zavydivska N. N. (2013). "Theoretical and methodical principles of fundamentalization of physical culture and health education of students in the process of health-saving learning: author's abstract. dis ... dr. ped. specialty sciences 13.00.02 "Theory and methods of teaching (physical culture, fundamentals of health)", Kyiv, 40 p.
5. Krusevich T. Yu. (2008). "Theory and methods of physical training". K. : Olympic literature, T. 2. 368 p.
6. Kuznietsova O. T. (2018). "Wellness technologies in physical education of students : theory, technique, practice : monograph". Rivne, 416 p.
7. Prisyazhnyuk S. I. (2008). "Physical education [text]: a textbook for university students", Kyiv: Center for educational literature, 503 p.
8. Sinitsya S. V., Shesterova L. V. (2010). "Ozdorovcha aeroobika. Sports pedagogical development : awn. posib.", Poltava : PNPU, 244 p.
9. Griban G., Prontenko K., Zhamardiy V., Tkachenko P., Kruk M., Kostyuk Y., Zhukovskyi Y. (2018). "Professional stages of a physical education teacher as determined using fitness technologies // Journal of Physical Education and Sport". P. 565–569.
10. Zhamardiy V.O., Donchenko V.I., Yemets A.V., Skrinnik Y.O. (2019). "Physical development by means of fitness technologies as one of general aspects of student's health // Wiadomości Lekarskie". Tom LXXII, nr 5 cz II. P. 1074–1078.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2019.12(120)19.12
УДК.796.81.056.263

Іванюта Н. В.
Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут» імені Ігоря Сікорського

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗВО ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ ДО ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

Принцип органічного зв'язку фізичного виховання з практикою трудової діяльності, з фізичним самовдосконаленням особистості найбільш повно і коректно втілюється у професійно-прикладній фізичній підготовці (ППФП). Слід зазначити, що цей принцип поширюється на всю соціальну систему фізичного виховання, а саме у ППФП знаходить своє специфічне вираження. Як своєрідний різновид фізичного виховання ППФП являє собою педагогічно спрямований процес забезпечення спеціалізованої фізичної підготовленості до обраної професійної діяльності. Інакше кажучи, це (у своїй концептуальній основі) процес навчання, котрий збагачує індивідуальний фонд професійно корисних рухових умінь і навичок, виховання фізичних та безпосередньо пов'язаних з ними здібностей (т.з. рухового інтелекту), від яких прямо або опосередковано залежить професійна дієздатність особистості.

У зв'язку з переходом України на Європейську систему освіти у ВНЗ технічного профілю поступово, а іноді й різко скорочується кількість навчальних годин на фізичне виховання, а іноді – до двох третин їх припадає на самостійні та факультативні заняття. Ця ситуація реорганізації системи освіти та умов майбутньої виробничої діяльності вказує на необхідність і нагальну потребу у формуванні мотивації до самостійного фізичного самовдосконалення студентів ВНЗ технічного профілю, підтримки організму у належній формі, що безумовно сприяє здійсненню ними у подальшому своєї професійної діяльності, своїх професійних обов'язків на значно вищому рівні.

Ключові слова: фізичне виховання, самовдосконалення, педагогічний процес, рухові уміння і навички.

Іванюта Н.В. Формирование мотивации студентов высших учебных заведений технического профиля к профессионально - прикладной физической подготовке Принцип органической связи физического воспитания с