процессе по физическому воспитанию в общем потоке студентов без разделения по уровням физической подготовленности и гендерных различий.

3. Методику интервального тренинга исползовать, в виду высокой интенсивности, только для подготовки спортсменов студентческих зборных команд по видам сорта и в секционной работе со студентами с равным уровнем физической подготовленности. В отдельных случаях использовать элементы Табаты для оживления практических занятий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Балашова В.Ф., Рева В.А. Физическое воспитание в специальных медицинских группах ТГУ. Актуальные проблемы теории и практики физической культуры и спорта: материалы Всероссийской научно- практической конференции. Ульяновск, 2004. - 64 с.

2. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – 3-е изд. - М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 528 с.

3. Гришина Г.А., Проходовская Р.Ф. Здоровье студента: учеб, пособие. - Иркутск: Иркут, гос. ун-т, 2006. - 142 с.

4. Макаревич С.В., Физическая культура: учеб. программа для непрофильных специальностей вузов (для групп основного, подготовительного и спортивного отделений)/ сост. [и др.], – Минск: РИВШ БГУ, 2002. – 38 с.

5. Buck, S. M., Hillman, C. H., & Castelli, D. M. (2008). The relation of aerobic fitness to Stroop task performance in preadolescent children. Medicine and Science in Sports and Exercise, 40. 166–172.

6. Castelli, D.M., Hillman, C.H., Buck, S.M., & Erwin, H.E. (2007). Physical Fitness and Academic Achievement in Third- and Fifth-Grade Students. Journal of Sport & Exercise Psychology, 29, 239-252.

7. Chaddock, L., Hillman, C., Pontifex, M., Johnson, C., Raine, L., & Kramer, A. (2012). Childhood aerobic fitness predicts cognitive performance one year later. Journal of Sports Sciences. 1-10.

8. M. Keim, “Sport as Opportunity for Community Development and Peacebuilding in South Africa.” In Y. Vanden Auweele, C. Malcolm & B. Meulders (eds.), Sport and Development (Leuven, Belgium: Lannoo Campus, 2006), 97–106.

9. Hillman, C.H., Buck, S.M., Themanson, J.R., Pontifex, M.B., & Castelli, D.M. (2009). Aerobic Fitness and Cognitive Development: Event-Related Brain Potential and Task Performance Indices of Executive Control in Preadolescent Children. Developmental Psychology, 45(1), 114-129.

УДК 378.147:796.011.3

Гладощук Олександр Григорович
Дніпродзержинський державний технічний університет
м. Дніпродзержинськ

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ЗА НАПРЯМКОМ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ВИЩОМУ ТЕХНІЧНОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

У даній статті розглянуті питання психологічної підготовки студентської молоді до професійної діяльності. Визначені чинники, які можуть впливати на здоров’я фізичне, психічне та емоційне. Під час психолого-педагогічного спостереження виявлено на початковому етапі низький рівень психологічної готовності студентів. За рахунок впровадження оздоровчих технологій вдалося підвищити рівень психологічної готовності студентської молоді.

Розкрита роль та значення професійно-прикладної фізичної підготовки в формуванні майбутніх висококваліфікованих фахівців. Доведено, що робота в сучасних умовах розвитку промисловості потребує значного підвищення психофізичних можливостей людини. Цю задачу може і повинна вирішувати професійно-прикладна фізична підготовка у вищому технічному навчальному закладі.

Ключові слова: *психологічна підготовка, студентська молодь, здоров’я, знання, уміння, навички.*

Гладощук А.Г. Психологическая подготовка студентов по направлению профессионально-прикладной физической подготовки в высшем техническом учебном заведении. *В данной статье рассматриваются вопросы психологической подготовки студенческой молодёжи к профессиональной деятельности. Определены факторы, которые могут влиять на здоровье физическое, психическое и эмоциональное. Во время психолого-педагогического наблюдения выявлено на начальном этапе низкий уровень психологической готовности студентов. За счёт внедрения оздоровительных технологий удалось поднять уровень психологической готовности студенческой молодёжи.*

Раскрыта роль и значение профессионально-прикладной физической подготовки в формировании будущих высококвалифицированных специалистов. Доведено, что труд в современных условиях развития промышленности требует значительного повышения психофизических возможностей человека.

Ключевые слова: *психологическая подготовка, студенческая молодежь, здоровье, знание, умение, навыки.*

A.G. Gladoschuk. Students psychological preparation at the area of professionally-applied physical training in higher technical educational establishment. *The article deals with the questions of psychological preparation of student youth to its professional activity. Certain factors that can influence on physical, psychical and emotional health are considered.*

During the psycho-educational supervision it was reveal the low level of psychological readiness of students. The introduction of health technologies helped to raise the level of psychological readiness of students.

Modern system of education, based in the status principles conditions of the correspondence to the necessity of man to find the place and possibilities of self-realization in the new global world, begins to see not only knowledge, ability and skills as its

guideline but also general physical, psychological, moral constituent of man. General guideline on harmonious development of personality determines the primary objective of modern education as development of possibilities of personality, which need it and to society, as including of it in social activity.

Requirements, offered to every group of professions, are many-sided and the physiology functions of the organism mobilize different ones that are specific for the certain kinds of education. But not all the organism on the whole and even not all the functions of the different systems equally take part in the activity that related with the industrial training. Some functions accept overwhelming participation in it, because if they fall behind in the development, the activity is not enough effective or flows with hardships that reduce to the physical and psychological fatigue of organism of man.

Both the role and value of professionally applied physical training in the formation of future highly skilled specialists is exposed. It is well-proven that work in the modern conditions of development of industry needs considerable increase of psychophysical possibilities of man. Professionally applied physical preparation has to decide this task in higher technical educational establishment.

Keywords: *psychological preparation; student youth; health; knowledge; ability; skills.*

Сучасний економічний, політичний, соціальний, культурний і духовний стани українського суспільства свідчать про нестабільність, мінливість, суперечливість просторів його існування, що значно загострює питання виховання молодого покоління. Сьогоденні умови існування української держави обумовлюють загострення уваги на питаннях виховання з боку різних наук, оскільки виховання здійснює безпосередній вплив на становлення особистості індивіда, а саме розвиток в психологічному, соціальному й фізичному аспектах. З врахуванням пріоритетів, визначених в «Державній національній програмі «Освіта» («Україна XXI століття»)», Національна доктрина розвитку освіти України в XXI столітті наголошує на тому, що необхідно формувати особистість професіонала, який є підготовленим до життя і праці в сучасному суспільстві, тобто особистість всебічно розвинену, розвинену відповідно до певних структурних компонентів особистості в професійно-значущому напрямку.

Формування гармонійно розвинутого, фізично міцного спеціаліста, що веде здоровий спосіб життя, актуальне завдання, яке стоїть перед закладами освіти в умовах зниження рівня здоров'я студентів і запитами щодо рівня загальної фізичної підготовленості. Нині вища школа стоїть на шляху розробки моделей професійної фізичної підготовки випускника з врахуванням методик використання засобів фізичної культури і спорту, які відповідали б сучасним потребам і запитам професійної орієнтації. Професійна направленість фізичного виховання здійснюється у вигляді професійно-прикладної фізичної підготовки, метою якої є формування прикладних знань, фізичних, психічних й спеціальних якостей, умінь і навичок, що мають сприяти досягненню загальної готовності людини до успішної професійної діяльності.

Аналіз досліджень та публікацій показують, що питання професійно-прикладної фізичної підготовленості є предметом вивчення багатьох науковців – Р. Раєвський [11], Л. Пилипей [4], С. Халайджі [7], С. Канішевський [11], І. Клеха [8], А. Осіпцова [10], Кудрицький В. [9] та багато інших. Однак необхідно зазначити, що питання формування особистості шляхом застосування методів фізичного виховання залишається досить не вивченим. Так, за напрямком особистісно-орієнтованого підходу у фізичному вихованні можна визначати роботи таких вчених як –Кабірова О.Р. [2], Колосова Л.А. [3], Матвєєв Є.Г. [3], Пічурин В.В. [5] тощо.

На наш погляд вивчення цього напрямку формування особистості професіонала є надзвичайно важливим, так як перед фахівцем нової формації стають нові завдання, що потребують формування у майбутніх спеціалістів системи гнучких знань, умінь і навичок, розвиненого професійного мислення в комплексі усвідомлення сутності обраної професії, її вимог, цілей, змісту і функцій професійної діяльності. Так, С.О. Сисоєва вказує на те, що «сьогодні спостерігається тенденція суттєвого збільшення обсягів знань, умінь та навичок, які необхідні фахівцю, хоча термін його професійної підготовки залишається незмінний, а в деяких випадках навіть менший». Розв'язання означеної суперечності С.О. Сисоєва бачить у підвищенні ефективності організації навчального процесу у професійних закладах освіти, «спрямованості його на розвиток тих особистісних і професійних якостей майбутнього висококваліфікованого фахівця, які сприяють його творчій, самостійній діяльності, успішній адаптації до нових соціально-економічних реалій» [13, 17-18].

У сучасних умовах зростає особиста і соціально-економічна необхідність спеціальної психологічної підготовки до виробничої діяльності. Змінюються місце і функціональна роль людини в сучасному виробничому процесі. Це вимагає психологічної її підготовки, оскільки зменшення частки простої фізичної праці зовсім не знімає вимог до психофізичної підготовленості студентів, але змінює її структуру і висуває додаткові вимоги до активного формування психофізичних здібностей за допомогою цілеспрямованого використання фізичних вправ [4, с. 36].

Використання фізичного виховання для підготовки до професійної праці традиційно пов'язують з професійно-прикладною фізичною підготовкою людини до професійної праці. Вона розглядається як педагогічно спрямований процес забезпечення спеціальної фізичної та психологічної підготовки до майбутньої професійної діяльності [12, с. 19], як система організаційно-педагогічних заходів, спрямованих на формування і вдосконалення професійно-важливих якостей, навиків, умінь, знань особистості, які мають суттєве значення для її успішної праці за обраною спеціальністю.

Мета роботи. Обґрунтувати значення та методологію психологічної підготовки в системі соціальних та професійних вимог до висококваліфікованого спеціаліста технічного профілю.

Для досягнення мети нашого дослідження були поставлені відповідні задачі:

1. Визначити основні вимоги до загальної фізичної та психологічної підготовленості студентів, які навчаються в вищому технічному навчальному закладі;
2. Підібрати систему оздоровчих засобів для програми професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) та реалізації цих вимог у процесі навчальних та самостійних занять фізичним вихованням студентів;
3. Експериментально перевірити й оцінити ефективність розробленої програми.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися методи дослідження: аналіз наукової та методичної літератури; психолого-педагогічне спостереження; анкетування; методи психологічної діагностики, антропометричні виміри; фізіологічні методи (пульсометрія, тонометрія, функціональні проби); методи рухових тестів, культурологічний аналіз індивідуальних стилів життя студентської молоді та висококваліфікованих спеціалістів.

Отримані результати дослідження та їх обговорення. Система освіти, що включає процеси навчання, виховання та розвитку, базується на накопичувальному осмисленні певних теоретичних та світоглядних основ природи людського буття. Теорія та практика виховання ґрунтується на багатофакторності процесу виховання, що є результатом розуміння його головної мети – формування цілісної особистості, Людини, активного учасника суспільних взаємовідносин. Сучасні підходи до навчання різноманітним видам діяльності базуються на методах діагностики здібностей, котрі дозволяють отримувати інформацію для прогнозування успішності, накопичувати матеріали особистісно-орієнтованого підходу в навчанні та вихованні.

Розуміння виховання як процесу, передбачає сприйняття його як цілісної системи, тобто сукупності закономірно побудованих, динамічно пов'язаних компонентів, серед яких виокремлюють суб'єкт і об'єкт виховання, умови, зміст виховання, його мету, характер системи, форми і методи тощо. Всяке навчання припускає цілеспрямовані зміни суб'єкта, тому важлива проблема – організація навчання, що забезпечує планомірне формування необхідних якостей та характеристик особистості при врахуванні індивідуальних та психологічних особливостей тих, хто навчається. Вирішення цього питання ми вбачаємо у розробці моделі психофізичної підготовки студентів до професійної діяльності (див. рисунок 1).

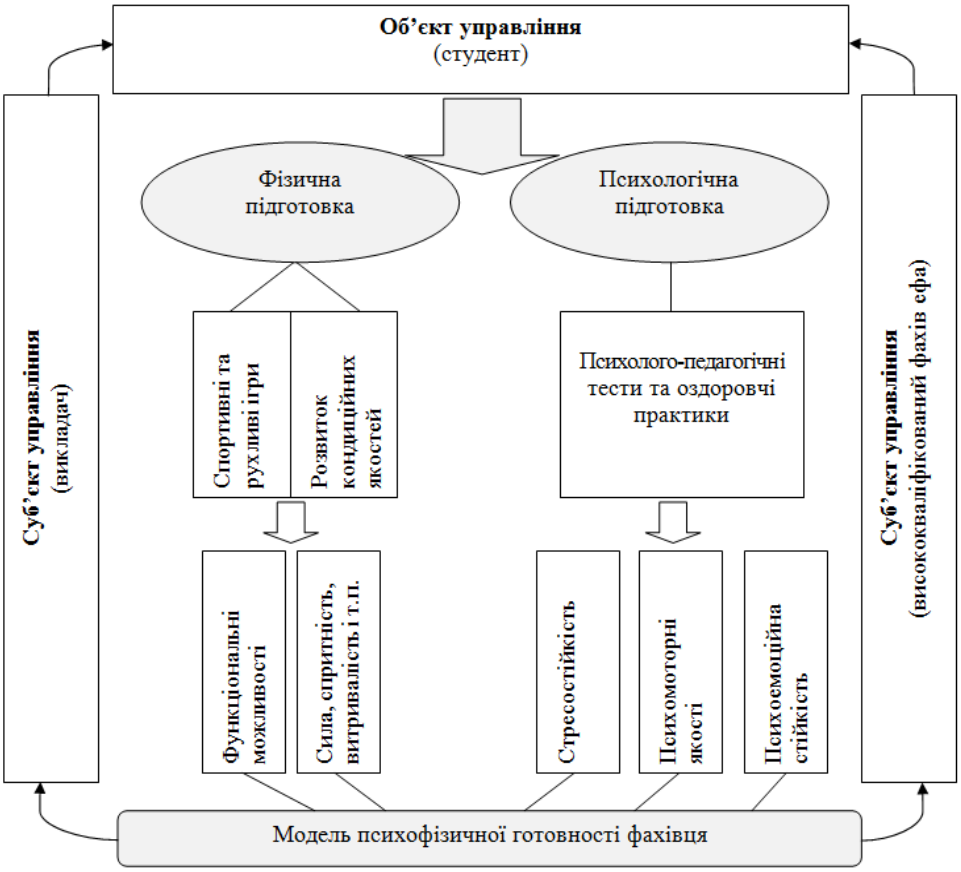

Рисунок 1. Модель психофізичної підготовки студентів

На наш погляд, процес розвитку і формування особистості лежить у просторі активної взаємодії між основними суб'єктами освітньо-виховного процесу – вихованцем (студентом), викладачем та соціокультурним простором виховного закладу, що покликаний відображати запити суспільства. В цьому контексті лежить ідентифікація особистості – визначення себе як особистісного конструкту, що відображає солідарність людини з суспільними ідеалами, стандартами. Відповідно виховний процес реалізується через духовний і фізичний саморозвиток, самовдосконалення та самореалізацію. Однак все це необхідно конкретизувати у відповідності до специфіки професії й її особливостей – професіограми.

ППФП є невід'ємною частиною всього навчально-виховного процесу із фізичного виховання, так як спрямована на розвиток фізичних і пов'язаних із ними психологічних якостей, а також та формування рухових умінь та навичок відповідно до особливостей трудової діяльності. Будується ППФП в поєднанні із загальною фізичною підготовкою, пріоритетом якої є загальна оздоровча спрямованість. Тобто формування у молоді фізичного, морального і психічного здоров'я, усвідомленої потреби у фізичному вдосконаленні, розвитку інтересу і звички до самостійних занять фізкультурою і спортом, набуття знань і вмінь здорового способу життя.

В нашому дослідженні ми не можемо оминути негативних чинників, які впливають на фізичне та психічне здоров'я студентської молоді. Майже 90 відсотків учнівської та студентської молоді мають відхилення у здоров'ї, понад 50%

незадовільну фізичну підготовку, низький та нижчий за середній рівень фізичного здоров'я визначається у 61% молоді віком від 16 до 19 років, 67,2% у віці 20-29 років. Тільки протягом останніх п'яти років на 45% збільшилась кількість учнівської та студентської молоді, віднесеної за станом здоров'я до спеціальної медичної групи. За даними соціологічних опитувань, обирають заняття спортом у вільний час 26,5% молодих людей, проти 51,3% що обрали інші форми дозвілля (дискотеки, бари та комп'ютерні розваги). Основними передумовами таких результатів є такі фактори ризику, як паління, зайва вага, брак фізичного навантаження та надмірне споживання алкоголю; це не говорячи про проблеми з поширенням інфекційних захворювань і високим рівнем травматизму. В цьому аспекті не дивним є констатування збільшення поширеності таких хвороб, що пов'язані з системою кровообігу – на 1,2 %, захворювання органів дихання – на 0,8 %, розлади харчування та порушення обміну речовин – на 9,4 %, хвороби нервової системи – на 3,8 %, хвороби кістково-м'язової системи та сполучної тканини – 2,4% [6].

Окрім чинників, що впливають на загальне фізичне здоров'я студентів, є ще й ті, які можуть впливати на здоров'я психічне, емоційне. На основі теоретичного аналізу експериментальних досліджень було встановлено, що головними складовими детермінуючими особливостями і величиною психологічного навантаження, яка впливає на організм та психіку людини є:

- *інформаційна складова* – новітні види комунікативного зв'язку (телебачення, мобільний зв'язок, Internet);
- *ситуативна складова* – стрес, фрустрація, конфлікт, криза;
- *особистісна складова* – емоційна роздратованість, образливість, чутливість, невпевненість у собі, вимогливість до себе.

В нашій роботі вихідним положенням дослідження психологічної готовності студента до професійної діяльності є її розгляд як певної підструктури особистості людини. У зв'язку з цим, для побудови моделі психологічної готовності особистості, необхідно орієнтуватись на ту чи іншу модель особистості. Головною особливістю моделі є її ієрархічність. Основу моделі складають професійно-значущі риси особистості, мотивація до професійної діяльності та емоційна стійкість особистості. Ці компоненти в найбільшій мірі визначають, насамперед, психологічну готовність до праці. Над ними знаходиться система знань стосовно психіки людини, можливостей регулювання власних емоцій і взаємовідносини з оточуючими. Вона також дуже важлива для психічної готовності до професійної діяльності.

Дослідження проводилось за Програмою науково-дослідних робіт Дніпродзержинського державного технічного університету. В дослідженні прийняло участь 52 студента університету, що були розподілені на дві групи: перша – контрольна група (26 студентів), друга – експериментальна (26 студентів). Вік учасників дослідження складав від 17 до 21 року. Студенти проходили навчання за дисципліною «Фізичне виховання» відповідно до навчальної програми для вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації МОН України. Відмінним було лише те, що до програми навчання студентів експериментальної групи було включено оздоровчі психологічну та психофізичну програми підготовки студентів до професійної діяльності. За навчальною програмою студенти відвідували практичні заняття з фізичного виховання: I-II курси – по 4-ри години на тиждень, III- IV курси – 2 години на тиждень (секційні заняття за вибором).

Таблиця 1.

Рівень психологічної готовності студентської молоді за напрямком ППФП, %

Показники	Група (контрольна / експериментальна)	Етапи контролю								
		Початковий			II-III курс			Підсумковий, IV курс		
		Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий
Мотивація студентів	К	90,2	8,6	1,2	76,8	19,8	3,4	69,5	24,3	6,2
	Е	89,2	8,2	2,0	58,6	26,1	15,3	18,8	61,9	19,3
Стресостійкість (емоційна стійкість)	К	76,6	19,8	3,6	65,2	27,6	7,2	52,1	37,7	10,2
	Е	75,8	19,6	4,6	48,6	37,8	13,6	14,4	65,5	21,0
Тривожність	К	63,6	25,6	10,8	48,9	35,9	15,2	39,9	37,4	22,7
	Е	64,0	23,8	12,2	25,9	48,7	25,4	15,3	42,6	42,1
Самооцінка (відповідно до особистісного ідеалу)	К	84,6	13,4	2,0	66,3	27,8	5,9	45,3	45,9	8,8
	Е	83,2	13,0	3,8	52,4	33,2	12,4	12,7	63,9	23,4

За результатами дослідження (див. табл. 1) з визначення психологічної готовності студентів до професійної діяльності видно суттєве підвищення рівня психологічної готовності у студентів експериментальної групи. Підвищення рівня пояснюється тим, що до програми підготовки входила оздоровча психологічна та психофізична програми. Завдяки впровадженню оздоровчої програми був отриманий позитивний результат в дослідженні психічної готовності студентів до майбутньої професійної діяльності.

ВИСНОВКИ. В сучасних соціально-економічних умовах спостерігається стійка тенденція до підвищення професійної компетенції спеціалістів. Професійна діяльність та праця в сучасних умовах потребують більшого навантаження на розумові, фізичні та психологічні аспекти діяльності. Кожна професія окреслює коло достатньо визначених психофізичних якостей спеціаліста – певні практичні уміння, навички, фізичні якості. Розвиток психологічних якостей має, перш за все, оздоровче значення, що спрямоване на зміцнення здоров'я, емоційну стійкість, всебічний фізичний розвиток, загартування та удосконалення функцій організму, підвищення фізичної та розумової працездатності. За результатами дослідження та багаторічного особистого досвіду ми рекомендуємо такий підхід до організації індивідуальної діяльності з розвитку психологічних

якостей та координаційних здібностей:

– оволодівати знаннями у питаннях анатомії, біомеханіки, контролю та самоконтролю фізичного та психологічного здоров'я;

– вибрати індивідуальну систему засобів та форм життєдіяльності;

– розробити індивідуальну програму, узгодити її з тижневим режимом, намагатися дотримуватись програми;

– використовувати різноманітні методи та засоби розвитку власних рухових можливостей та координаційних здібностей;

– опанувати методами та засобами відновлення працездатності.

Перспективи подальшого дослідження проблеми вбачаємо в пошуку нових ефективних форм та методів проведення занять, які дозволять підвищити ефективність процесу фізичного виховання у вищому технічному навчальному закладі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: матеріали І Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 20 травня 2015 р.). – Харків: ХДАФК, 2015. – 97 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://hdafk.kharkov.ua/docs/konferences/3/zb.pdf.

2. Кабирова О.Р. Эстетическое воспитание студентов технического вуза средствами физической культуры / : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.08 / О.Р. Кабирова. – Магнитогорск, 2007. – 24 с.

3. Матвеев Е.Г. Мотивация к занятиям физической подготовкой, как необходимое условие личностно-профессионального становления военного специалиста / Л.А. Колосова, Е.Г. Матвеев, А.А. Никулин // Актуальные вопросы разработки и внедрения информационных технологий двойного применения: сборник докладов по итогам XII Всероссийской научно-практической конференции, Ярославль. – 2011. – С. 174-178.

4. Пилипей Л.П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів: монографія / Л.П. Пилипей. – Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. – 312 с.

5. Пічурін В.В. Основи організації психологічної і психофізичної підготовки студентів залізничних вузів в процесі фізичного виховання / В.В. Пічурін // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова (серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури»), Випуск 26. – К., 2012. – С. 84-90.

6. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідеміологічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2014 рік / за ред. Квіташвілі О.; МОЗ України, ДУ «УІСД МОЗ України». – К., 2015. – 460 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.uiph.kiev.ua/dawnload/Vidavnictvo/Shchorichna%20dopovid/Щорічна%20доповідь.2015.pdf.

7. Khalaidzhi S. V. Profesiino-prykladna fizuchna pidgotovka studentiv energetychnykh spetsialnoctei: Avtoref. dys. kand. nauk z fiz. vyhovannia i sportu: spets.24.00.02 «Fizychna kultura, fizychne vyhovannia riznykh grup naselennia / S.V. Khalaidzhi; Lviv.derzh.un-t fiz. kultury. – L., 2006. – 20 s.

8. Klekha I. Organizaciia profesiino-prykladnoi fizychnoi pidgotovky u vyshchykh navchalnykh zakladakh / I. Klekha, V. Latchuk, V. Baziuk // Fizychne vykhovannia, sporti kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zb. nauk. pr. / M-vo osvity i nauky, molodi ta sportu Ukrainy, Volyn. nac. un-t im. Lesi Ukrainky. – Luck, 2011. – № 3(15). – S.61-63.

9. Kudrickii V. N. Professionalno-prikladnaia podgotovka kak sredstvo napravlennosti na povyshenie effektivnosti fizicheskogo vospitaniia studentov / V. N. Kudrickij, V. P. Artemeva, V. A. Capenko // Materiali konferencii «Zdorovia i osvita. Problemy ta perspektyvi». – Doneck, 2004. – S. 403–404.

10. Osipcov A. V. Fizychna kultura profesiino-prykladnoi spriamovanosti iak nevidiemna skladova zagalnoi kultury osobystosti suchasnogo fakhivcia / A. V. Osipcov, T. M. Prystynska, I. V. Makushchenko, I. V. Karaimchuk // Pedagogichni, psyhologichni ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannia i sportu, za red. S. S. Iermakova. – 2007. – № 11. – S. 67–69.

11. Raevskii R. T. Sovershenstvovaniie dvigatelnoi aktivnosti studencheskoi molodiozhi v XXI veke: strategiia, problemy i puti ich resheniia / R. T. Raevskii, S. M. Kanishevskii, A.G.Rybakovskii // Teoriia i praktuka fizychnogo vykhovannia: naukovo-metodychnyi zhurnal. – 2008. – № 1 (spetsialnyi vypusk za materialamy mizhnzrodnoii naukovo-praktychnoii konferentsii «Zdorov'a i osvita: problemy i perspektyvy»). – S. 94–100.

12. Suvorov U. A. Professionalno-prikladnaia fisicheskaia podgotovka studentov: uchebno-metodicheskoie posobiie / U.A. Suvorov, V.A. Platonova. – SPb.: SPbGUITMO, 2006. – 90 s.

13. Sysoeva S. O. Pedagogichni tekhnologii u neperervnii profesinii osviti : monografiia / za red. S. O. Sysoievoi. – VIPOL, 2001. – 502 s.

УДК 378.147:796.386.(477)

Глоба Т.А.
Дніпропетровський національний університет ім. О. Гончара
м. Дніпропетровськ

ОСОБЛИВОСТІ ПРОГРАМИ ЗАНЯТЬ ДЛЯ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ У СТУДЕНТІВ

Розглянуто особливості програми занять для розвитку координаційних здібностей з використанням засобів настільного тенісу у студентів. Зазначається можливість використання настільного тенісу, як засобу розвитку координаційних здібностей студентів у процесі занять фізичним вихованням. Наведено аналіз публікацій вчених про