

3. Заневський І. Задачі оптимізації в наукових дослідженнях з проблем фізичної культури і спорту. *Спортивна наука України*. 2008. № 1. С. 2–17. URL: <http://archive.nbu.gov.ua/ejournals/SNU/2008-1/Articles/08zippcs.pdf>

4. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації / Укладач : Белей Т.Я. Берислав, 2018. 52 с.

5. Присяжнюк С.І., Краснов В.П., Третьяков М.О. та ін. Фізичне виховання : навч. посіб. К. : Центр учбов. літерат., 2008. 504 с.

6. Про затвердження Державної цільової соціальної програми “Молодь України” на 2021—2025 роки та внесення змін до деяких актів Кабінету Міністрів України. URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-zatverdzhennya-derzhavnoi-cilovoyi-socialnoi-programi-molod-ukrayini-na-20212025> .

7. Яців Я.М., Полатайко Ю.О., Лапковський Е.Й., Дума З.В., Маланюк Л.Б., Пятничук Г.О., Синиця А.В., Хохлова Л.А. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації. Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2012. 47 с.

References

1. Anikieiev D. M. (2012). Rukhova aktyvnist u sposobi zhyttia studentskoi molodi [Motor activity as the part of students` life style] : *Abstracts of Candidates thesis* : 24.00.02. К., Ukraine.

2. Vilenskyi M.Ya., Gorshkov A.G. (2007). Fizychna kultura i zdorovy sposib zhyttia studenta [Physical culture and healthy life style of a student] : ucheb. posob. Kyiv: vydavnytsvo Gaidaryky, Ukraine. 218.

3. Zanevskyi I. (2008). Zadachi optymizatsii v naukovykh doslidzhenniakh z problem fizychnoi kultury i sportu [Tasks of optimization are in scientific researches from the problems of physical culture and sport]. Lviv, Ukraine.

4. Osoblyvosti fizychnogo vukhovannia u spetsialnykh medychnykh grupakh (2018). [Features of physical education are in special medical groups]. Beryslav, Ukraine.

5. Prisiazhniuk S.I. (2008). Fizychnye vukhovannia [Physical education]. Kyiv, Ukraine.

6. Pro zatverdzhenni Derzhavnoi organizatsiiu zaniut z dystsipliny Fizychnye vukhovannia u VNZ Ukrainy (2009). [About organization of employments after discipline «Physical education» in the institute of higher of Ukraine]. URL : <http://ministry@mon.gov.ua>.

7. Yatsiv Ya.M. Osoblyvosti fizychnogo vukhovannia u spetsialnykh medychnykh grupakh (2012). [Features of physical education are in special medical groups]. Ivano-frankivsk, Ukraine.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).39

УДК 796.001.4

Ковальчук Н.М.

доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації
Волинського національного університету імені Лесі Українки, м. Луцьк
ORCID: 0000-0002-7230-2521

Гнітецька Т.В.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Волинський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк
ORCID: 0000-0003-2181-9552

Томащук О.Г.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Волинський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк
ORCID: 0000-0002-1956-0265

ЗНАЧЕННЯ ГІМНАСТИЧНОЇ ТЕРМІНОЛОГІЇ ТА НЕОБХІДНІСТЬ ЇЇ УНІФІКАЦІЇ

У статті акцентовано увагу на важливості гімнастичної термінології, за допомогою якої можна вирішувати питання теоретичної і методичної допомоги вчителям фізичної культури шкіл, викладачам середніх і вищих навчальних закладів, тренерам зі всіх видів спорту для викладання фізичної культури, написання програм, підручників та навчальних посібників. Зазначено, що попри значну кількість видань, присвячених піднятій темі, у багатьох із них одні й ті ж вправи, положення, дії мають різну назву. **Мета дослідження:** звернути увагу науковців і практиків фізичної культури та спорту на потребу уніфікації гімнастичної термінології, а також обґрунтувати необхідність вирішення даної проблеми. **Методологія дослідження:** аналіз та узагальнення навчально-методичної, науково-методичної літератури, відеоматеріалів, а також термінологічний аналіз програм із фізичного виховання закладів загальної середньої освіти. **Результати дослідження.** Піднято питання про опанування здобувачами вищої освіти навичок володіння гімнастичною термінологією як однією з важливих фахових компетенцій. Цьому було присвячена низка статей, тез та виступів на конференціях і фахових семінарах. Сьогодні надає можливість здобувати знання дистанційно, користуючись інтернет-мережею, яка насичена безліччю навчальних матеріалів, довідкових джерел, відео-сюжетів вибраної галузі освіти. Дуже важливо, щоб ця інформація була достовірною. Але, на жаль, аналіз багатьох відео-

уроків фізичної культури та навчання окремих елементів супроводжується термінологічними помилками, які детально проаналізовано та запропоновано свій виправлений варіант гімнастичних термінів. **Висновки.** Для успішного вирішення питань уніфікації гімнастичної термінології необхідно з'ясувати всі закономірності й тенденції української мови для усунення багатозначності терміну. Цей процес прискорить дискусія або конференція на державному рівні з питань термінології гімнастичних вправ, враховуючи досвід роботи за діючою термінологією та критичні зауваження. Обґрунтуванням необхідності проведення цих заходів є наявність чисельних термінологічних помилок в державних документах, навчальних, навчально-методичних посібниках та періодичних виданнях галузі фізична культура і спорт.

Ключові слова: відео-уроки, вчителі фізичної культури, студенти, гімнастичні терміни, термінологічні помилки, фахова компетентність.

Kovalchuk N., Hnitska T., Tomashchuk O. On the importance of gymnastic terminology and the need for its unification. The article deals with the importance of gymnastic terminology, which can be used to solve the issues of theoretical and methodical assistance to physical education teachers of schools, secondary and higher education institutions, for coaches of all sports for teaching physical education, writing programs, textbooks and manuals. But despite the significant number of publications devoted to the topic, many of them have different names for the same exercises, positions, actions. **The purpose of the research:** to draw the attention of scientists and practitioners of physical culture and sports to the need for unification of gymnastics terminology, as well as to justify the need to solve this problem. Methodology of the research: analysis and synthesis of educational, scientific and methodical literature, video materials, as well as terminological analysis of physical education programs in general secondary education institutions. Results of the research. We have repeatedly raised the issue of mastering the skills of gymnastics terminology by higher education students as one of the important professional competences. A number of articles, abstracts and speeches at conferences and professional seminars were devoted to this issue. Today we have the opportunity to acquire knowledge remotely using the Internet, which is full of educational materials, reference sources, and videos in the chosen field of education. It is very important, that this information would be reliable. But, unfortunately, the analysis of many video lessons on physical education and teaching of certain elements is accompanied by terminological errors, which we have analyzed and offered our corrected version of gymnastic terms. **Conclusions.** In order to solve the issues of unification of gymnastic terminology successfully, it is necessary to find out all the regularities and trends of the Ukrainian language for elimination of the ambiguity of the term. We believe, that this process will be accelerated by a discussion or conference at the state level on the terminology of gymnastic exercises, taking into account the experience of work with the current terminology and critical comments. And the justification for the need to carry out these measures is the presence of numerous terminological errors in state documents, educational, methodical manuals and periodicals in the field of physical culture and sports.

Key words: video lessons, physical education teachers, students, gymnastic terms, terminological errors, professional competence.

Постановка наукової проблеми, аналіз останніх досліджень та публікацій. На сучасному етапі питання термінології залишається актуальним тому, що вона є основою професійної мови. Досконале знання фахових термінів, оперування ними в будь-якій комунікативній ситуації, вміння використовувати гімнастичну термінологію для розуміння текстових записів є обов'язковим. Науковці розглядають спортивну термінологію як компонент мовленнєвої підготовки вчителя фізичної культури (Л. Гуцул, 2015), характеризують наукові підходи щодо формування української спортивної термінологічної системи в умовах впливу іноземних термінів (Ю. Самсон, 2020), розвідують національні витоки української термінології з фізичної культури та спорту (О. Боровська, 2020), описують використання англійських запозичень в українській спортивній термінології (М. Б. Пангелова, 2021) тощо. Опановування будь-якої професії відбувається в процесі послідовного оволодіння професійною мовою, тобто засвоєнням системи спеціальних понять і термінів, які складають її основу. Історичний шлях формування системи термінів фізичної культури та спорту був довгим і строкатим. Із розвитком національних систем гімнастики (німецька, шведська, французька, сокільська) розвивалась і термінологія, яка на той час уважалась найдосконалішою, хоча недостатньо відображала зміст і характер гімнастичних вправ, а низка назв були зовсім незрозумілими. До 1991 р., в якому проголошено Україну незалежною, на території СРСР у галузі фізичної культури і спорту вживалась термінологія, створена на основі словникового запасу й граматичної будови російської мови. В період 1933-1969 рр. гімнастичній термінології, що являє собою систему спеціальних термінів, які використовуються для стислого означення вправ, загальних понять, приладів, інвентарю, правил і форм запису гімнастичних вправ, приділено належну увагу. Зокрема проводились всесоюзні конференції з питань удосконалення термінології (1933, 1937, 1960-1963 рр.), дискусія (1957 р.), вийшли з друку перші правила з гімнастичної термінології (1938 р.). У 1965 р. затверджено поправки і доповнення до існуючої термінології, а в 1969 р. О. Т. Брикнінм видано навчальний посібник «Гимнастическая терминология». До 1992 р. цим посібником користувалися вчителі під час проведення уроків фізичної культури та викладачі інститутів (факультетів) фізичної культури для підготовки фахівців відповідної галузі. З визнанням нашої держави самостійною, постала проблема створення гімнастичної термінології на українській мові, за допомогою якої можна вирішувати питання теоретичної і методичної допомоги вчителям фізичної культури шкіл,

викладачам середніх і вищих навчальних закладів, тренерам зі всіх видів спорту для переходу на українськомовне викладання фізичної культури, написання програм, підручників та навчальних посібників. Олександр Іванович Бузюк, один із перших, у 1995 р. опублікував посібник «Гімнастична термінологія», рекомендований навчально-методичною комісією з фізичного виховання та спорту МОН [1]. Пізніше з друку вийшли інші навчальні посібники, які висвітлюють питання застосування гімнастичної термінології, принципи утворення термінів, правила їх побудови тощо [2; 4; 8; 9]. Крім цих, у виданих на той час навчально-методичних посібниках із гімнастики, один із розділів також присвячувався термінології. Попри значну кількість видань, присвячених піднятій темі, у багатьох із них одні й ті ж вправи, положення, дії мають різну назву. Значна кількість науково-методичних видань, до прикладу «Фізичне виховання в рідній школі», публікують авторські доробки зі значними термінологічними помилками. Це свідчить про те, що термінологічна підготовка фахівців недостатня, а гімнастична термінологія вимагає повної сформованості її бази.

Мета дослідження: звернути увагу науковців і практиків фізичної культури та спорту на потребу уніфікації гімнастичної термінології, а також обґрунтувати необхідність вирішення даної проблеми.

Методологія дослідження: аналіз та узагальнення навчально-та науково-методичної літератури, відеоматеріалів, а також термінологічний аналіз програм із фізичного виховання закладів загальної середньої освіти, бесіди.

Виклад основних матеріалів дослідження. Нами неодноразово піднімалося питання про опанування здобувачами вищої освіти навичок володіння гімнастичною термінологією як однією з важливих фахових компетенцій. Цьому було присвячено низку статей, тез та виступів на конференціях і фахових семінарах [5; 6; 7,]. Важливо, щоб цей процес починався зі школи, де вчитель фізичної культури, проводячи урок, використовує професійну термінологію, а не спотворені назви. Від студентів 1-го курсу можна почути такі назви вправ: присяд, вилаз, скльопка, вихід дьоргом, сонечко, кружання, ходіння боком, мельниця, приприжка, (пружинистий) пружинистий присід, скрут, виступ, опір льюжа тощо. Окремі студенти стверджують, що гімнастичну термінологію не можна використовувати на заняттях, зокрема з легкої атлетики, адже там своя термінологія. На це є заперечення: необхідність застосування гімнастичної термінології не лише в гімнастиці викликана використанням стройових вправ для організації занять, загальнорозвивальних вправ для фізіологічної підготовки організму до навантажень, вправ для загальної фізичної підготовки у висах та упорах і спеціальних вправ для розслаблення.

Сьогодні нам дає можливість здобувати знання дистанційно користуючись інтернет-мережею, яка насичена безліччю навчальних матеріалів, довідкових джерел, відео-сюжетів вибраної галузі освіти. Дуже важливо, щоб ця інформація була достовірною. Але, на жаль, аналіз багатьох відео-уроків фізичної культури та навчання окремих елементів супроводжується термінологічними помилками і, навіть, методичними. Наведемо один із прикладів. З етичних міркувань не будемо вказувати електронну адресу дистанційного навчання, тема якого «Підйом переворотом та підйом силою з виходом в упор». Отже, у самій назві елемента допущено помилку. Термін «підйом» передбачає переміщення із нижнього положення – вису, у верхнє – упор, тому «з виходом в упор» є зайвим. Правильна назва представленого елемента «підйом переворотом». Термін «вихід» узагалі зайвий у цьому контексті, оскільки це один з елементів на коні з ручками. Підйом переворотом та підйом силою – це два різних елементи. Підйом силою у даному відео не розглядався. Отже у цьому випадку термінологічна безграмотність не дала змоги вчителю виявити власну помилку.

Особливо прикро, що термінологічні помилки проникли у модуль «Гімнастика» Модельної навчальної програми «Фізична культура. 5–6 класи» для закладів загальної середньої освіти [3]. Вони зустрічаються навіть у Стройовому статуті Збройних сил України. Так, у розділі II «Стройові прийоми і рух без зброї та зі зброєю» прописано, що повороти на місці виконуються за командами: «Право-РУЧ», «Півоберта право-РУЧ», «Ліво-РУЧ», «Півоберта ліво-РУЧ» [10]. У зв'язку з цим виникає питання, чому «півоберта», коли мова йде про повороти? Термін «оберт» визначається як коловий рух навколо осі приладу (перекладина, жердина) або навколо точок хвату (на кільцях, брусах). Тому ця стройова команда повинна звучати «Півповороту ліво-РУЧ». Термін «оберт» часто вживається під час виконання вправ для плечових суглобів, що також є помилкою. Замість «колові оберти руками» потрібно вживати термін «колові рухи руками» тому, що суглоби (ліктьові, плечові, кульшові тощо) не можуть обертатися навколо місця їх прикріплення.

У методичних виданнях, на сторінках яких вчителі фізичної культури діляться своїм досвідом, також зустрічаються термінологічні помилки. Перше, що кидається у вічі, це нерозуміння авторами терміну «основна стійка» (о. с.), яка доволі часто є вихідним положенням (в. п.) у загальнорозвивальних вправах. Основна стійка відповідає стройовому положенню, яке приймають за командою «Струнко!», а записуючи вправи помилково додають ще й положення рук, наприклад: вихідне положення – основна стійка, руки вперед. Наведемо приклади інших порушень термінології вправ та положень: вірно – руки вперед, хибно – руки вперед перед собою; вірно – руки вгору, хибно – руки догори, руки вверх; вірно – стійка ноги нарізно, хибно – ноги на ширині плечей; вірно – присід,

хибно – повний присід або глибокий присід. Прикметник до терміну «присід» не додається тому, адже у визначенні вказано, що присід – положення гімнаста, в якому ноги максимально зігнуті у всіх суглобах. У фахових журналах також трапляються записи й зовсім незрозумілі вправи, зокрема: напівприсід праворуч, ліва нога пряма. Очевидно це власна термінологія автора.

Близькі за звучанням терміни «мах» та «змах» часто вживають не за призначенням. Мах – це одноразовий рух в одному напрямку, який сприяє набиранию кінетичної енергії для виконання наступного елемента, наприклад: підйом махом уперед на брусах. А змах – це швидкий рух ногою (рукою, головою) в будь-якому напрямку з поверненням у вихідне положення. Тому махи – це вправи, які виконуються на приладах та в акробатиці, а змахи зазвичай є складовою загальноорозвивальних і хореографічних вправ.

Для зміцнення м'язів сідниць і покращання їх форми фітнес-тренери включають у заняття вправу, що починається з кроку правої (лівої) уперед і завершується положенням на напівзігнутих ногах. Цю вправу вони називають випадом. Відеоролики з цією вправою надзвичайно популярні в інтернеті, але це не випад, а напівприсід, який виконується кроком однієї з ніг. Трапляються випадки, коли присіди плутають із сідями. На відео учні приймають присід на лівій, права – в сторону на п'яту, а вчитель коментує це положення як сід на лівій нозі. Ще один термін вимагає пояснення, це – сід, упор ззаду. Це положення називають доволі часто сід в упорі, упор сидячи. Ми спробуємо довести, що ці терміни неправдиві. Основний елемент вправи – сід, особа сидить, а положення її рук може бути будь-яке (вгору, за голову тощо). В даному прикладі виконавець сидить та спирається руками в опору ззаду тіла і якщо він підніме руки, то все одно буде сидіти. А якщо виконавець прийме, наприклад, упор на колінах або упор лежачи, а потім переведе руки за спину, то упора не буде. Ось таким чином можна легко розібратися з назвою вправи.

До гімнастичних термінів висуваються певні вимоги, серед яких стислість, тому зайвим при описі вправи вказувати положення ніг, якщо у виконавця п'яти разом, носки нарізно. У цьому випадку вправа записується (проголошується): в. п. – о. с. 1 – руки вгору; 2 – руки за голову. Аналогічне скорочення доцільне, якщо вправа починається з руху однією ногою, тобто не варто вказувати положення опорної ноги, наприклад: стоячи на лівій, праву в сторону на п'яту. Доцільно записати: в. п. – стійка ноги нарізно. 1 – праву в сторону на п'яту; 2 – праву в сторону.

На наш погляд, також слід вилучити слово «стоячи» в положенні «упор стоячи на колінах» або «упор стоячи на лівому коліні». «Упор на колінах», «упор на лівому коліні» є достатньо інформативним для розуміння положення тіла в просторі, тому що на власному коліні (колінах) лежати, сидіти неможливо. Схожа ситуація і при описі вправи, коли виконавець нагнувся і сперся руками об підлогу. Більшість авторів цю вправу визначають як «упор стоячи зігнувшись», «упор стоячи». Ми вважаємо, що цьому положенню тіла більше відповідає термін «упор зігнувшись». Чому термін «упор стоячи» не відповідає цій вправі? Тому, що упор стоячи виконується так: стоячи обличчям до опори (стіна, гімнастична стінка, колода тощо) на відстані 1-2 кроків, спертися на неї руками. Різниця між цими положеннями очевидна. З переходом на українськомовну термінологію автори почали підшукувати заміну російськомовним термінам. Наприклад, словосполучення «руки на пояс» заміняли на «руки на попереки», «руки в боки», «руки на крижі». Для розуміння цього положення необхідно звернутися не лише до тлумачного словника, а й до анатомії людини, щоб довідатись де знаходиться попереки, бік та крижі. На нашу думку, термін «руки на поясі» залишається без змін, адже місце рук там, де розміщується така деталь одягу, як пояс [11].

У гімнастичній термінології діє правило застосування умовних скорочень, яке дає змогу легше сприймати стислий запис вправ, залишаючи його при цьому точним. Крім інших, під скорочення потрапляє слово «вперед» під час виконання змахів, випадів, нахилів. В записах часто зустрічається порушення цього правила, зокрема: випад, права нога вперед; випад правою ногою вперед; випад правої ноги вперед; вірно – випад правою.

У вжитку фахівців галузі фізичної культури та спорту ще зустрічаються некоректні та застарілі терміни. Серед них: біг з виносом прямих ніг (вірно – з підніманням прямих ніг), розмикання на витягнуті руки в сторони (вірно – розмикання на інтервал руки в сторони), біг приставними кроками правим боком (вірно – кроки галопу вправо); біг спиною (вірно – біг спиною вперед); ривки руками в сторони (вірно – пружні рухи руками в сторони); підйом зависом (вірно – підйом на правій); вис зависом (вірно – вис на правій); підйом верхом (вірно – підйом правою); стійка на кистях (вірно – стійка на руках); ластівка (вірно – рівновага) тощо. Отже, зацікавленим фахівцям є над чим працювати, оскільки порушується термінологія вправ із предметами, вправ на приладах, є вправи, які до сьогодні не визначено у назві. За приклад ми взяли положення, в якому тулуб нахилено, а руки обхоплюють ноги. Варіанти назви цієї вправи: «нахил із захватом», «нахил з охопленням», «нахил із захопом», «нахил із хапом». Ще один приклад, це варіант утримання, наприклад, гімнастичної палиці: хватом чи стиском??? І таких сумнівних назв гімнастичних вправ знайдеться немало.

Наші опоненти говорять, що термінологія – це формальність, не важливо, які терміни ми використовуємо, важливо, насамперед, розуміння про що йдеться. Так, ми розуміємо про що говорить людина, якщо запитує «яким транваєм можна доїхати до залізничного вокзалу», але

для себе зауважимо, що ця особа не знає мови. Чи можемо ми уявити, що медики, військові, будівельники не користуються термінологією своєї галузі діяльності? Професійне спілкування в будь-якій галузі неможливе без власної термінології. Важливістю будь-якої термінології є те, що вона сприяє становленню певних загальномовних норм. Її оптимізація – це розуміння між спеціалістами, створення різноманітних кодових систем, що забезпечують значну економію часу в пошуках необхідної інформації.

Висновки. Сучасна гімнастична термінологія налічує не одну тисячу слів та словосполучень. Вона є наукою, основний предмет дослідження якої – термін і його трактування, що повинні бути однозначними. Існування декількох різних назв для одного й того ж поняття є небажаним, оскільки може викликати помилки й неточності, що своєю чергою негативно впливає на процес навчання гімнастичних вправ. Тому для успішного вирішення питань уніфікації гімнастичної термінології необхідно з'ясувати всі закономірності й тенденції української мови для усунення багатозначності терміну. На нашу думку, проблему єдиної (правильної) термінології гімнастичних вправ можна вирішити шляхом дискусії або конференції на державному рівні, враховуючи досвід роботи за діючою термінологією та критичні зауваження. Обґрунтуванням необхідності проведення цих заходів є наявність чисельних термінологічних помилок у державних документах, навчальних, навчально-методичних посібниках та періодичних виданнях галузі фізичної культури і спорту.

Список використаних джерел

1. Бузюк О. І. Гімнастична термінологія : навч. посіб. Луцьк : Надстир'я, 1995. 84 с.
2. Кіндрат В. К., Мамчур С. Л., Ярмошук О. О. Термінологія вправ основної гімнастики : навч. посіб. Рівне : РДГУ, 2011. 150 с.
3. Ковальчук Н. До питання про зміст модуля «ГІМНАСТИКА» у модельній програмі з фізичної культури для учнів 5-6 класів. *Фізична активність і якість життя людини* : зб. тез доп. VI Міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. (23 черв. 2022 р.) / уклад. : А. В. Цьось, С. Я. Індика. Луцьк : Волин. нац. ун-т імені Лесі Українки, 2022. С. 65-66.
4. Ковальчук Н. М., Санюк В. І. Загальнорозвивальні вправи та їх конструювання : навч. посіб. Луцьк : «Вежа» ВНУ імені Лесі Українки, 2007. 104 с.
5. Ковальчук Н., Санюк В. До проблеми використання існуючих гімнастичних термінів. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні* : зб. наук. праць. Рівне : Принт Хауз, 2001. С. 52-56.
6. Ковальчук Н. Формування навичок професійного володіння гімнастичною термінологією у майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. *Економічні та гуманітарні проблеми розвитку суспільства у III тисячолітті* : мат-ли X Міжнар. наук.-практ. конф. Рівне : МЕРУ, 2007. С.17-19.
7. Ковальчук Н., Санюк В. Сучасні проблеми використання термінології загальнорозвивальних вправ у школі. *Фізичне виховання в школі*. 2006. № 2. С.35-43
8. Короткий гімнастичний довідник (загальнорозвиваючі вправи). Тернопіль : СМТ «ТАЙП», 2009. 24 с. URL: https://www.researchgate.net/publication/330180599_KOROTKIY_GIMNASTICNIJ_TERMINOLOGICNIJ_DOVIDNIK_zagalnorozvivaiuci_vpravi
9. Саліамін Ю. М., Терещенко І. А., Прокопюк С. П., Левчук Т. М. Гімнастична термінологія : навч. посіб. Київ : Олімп. літ., 2010. 144 с.
10. Стрйовий статут Збройних сил України. 2020. RL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/549-14/page>
11. Тлумачний словник української мови .1993. URL: <https://slovnyk.ua/>

References

1. Buziun O.I. (1995). Himnastychna terminolohiia: navch. posib. Lutsk: Nadstyria, Ukraine. 84.
2. Kindrat V.K., Mamchur S.L., Yarmoshchuk O.O. (2011). Terminolohiia vprav osnovnoi himnastyky: navch. posib. Rivne: RDHU, Ukraine. 150.
3. Kovalchuk N. (2022). Do pytannia pro zmist modulia «HIMNASTYKA» u modelnii prohrami z fizychnoi kultury dlia uchniv 5-6 klasiv. *Fizychna aktyvnist i yakist zhyttia liudyny*: zb. tez dop. VI Mizhnar. nauk.-prakt. Internetkonf. (23 cherv. 2022. Lutsk: Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrainky, Ukraine. 65-66.
4. Kovalchuk N.M., Saniuk V. I. (2007). Zahalnorozvyvalni vpravy ta yikh konstruiuvannia: navch. posib. Lutsk: «Vezha» VNU im. Lesi Ukrainky, Ukraine.104 .
5. Kovalchuk N., Saniuk V. (2001). Do problemy vykorystannia isnuichykh himnastychnykh terminiv. *Kontseptsiiia rozvytku haluzi fizychnoho vykhovannia i sportu V Ukraini*: zb. nauk. prats. Rivne: Prynt Khauz, Ukraine. 52-56.
6. Kovalchuk N. (2007). Formuvannia navychok profesiinoho volodinnia himnastychnoiu terminolohiieiu u maibutnykh fakhivtsiv fizychnoho vykhovannia i sportu. *Ekonomichni ta humanitarni problemy rozvytku suspilstva u III tysiacholitti*: materialy X mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii. Rivne: MEHU, Ukraine. 17-19.
7. Kovalchuk N., Saniuk V. (2006). Suchasni problemy vykorystannia terminolohii zahalnorozvyvalnykh vprav u shkoli. *Fizychno vykhovannia v shkoli*, 2, 35-43.
8. Korotkyi imnastychnyi dovidnyk zahalnorozvyvaiuchi vpravy). (2009). Ternopil: SMT «TAIP», Ukraine 24. URL: https://www.researchgate.net/publication/330180599_KOROTKIY_GIMNASTICNIJ_TERMINOLOGICNIJ_DOVIDNIK_zagalnorozvivaiuci_vpravi
9. Saliamin Yu. M., Tereshchenko I. A., Prokopiuk S. P.lu. Levchuk T. M. (2010). Himnastychna terminolohiia: navch. posib. K.: Olimpiiska literature, Ukraine. 144.

10. Stroiivyi statut Zbroinykh syl Ukrainy (2020). URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/549-14/page>

11. SLOVNYK-tlumachnyi slovnyk ukrainskoi movy (1993). URL: <https://slovnyk.ua/>

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).40

УДК 796.012.62:614.46

Козицька А.П.

старший викладач кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ

ORCID: 0000-0002-6167-643X

Пшенична Л.П.

старший викладач кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ

ORCID: 0000-0002-5537-411X

Корх-Черба О.В.

кандидат педагогічних наук, доцент,

доцент кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ

ORCID: 0000-0002-5455-6878

ЧИРЛІДИНГ – СКЛАДОВА ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ФОРМ УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ОСВІТИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ

У статті подано наукове обґрунтування процесу формування фізично-оздоровчої компетентності студентів, розкрито специфіку роботи та принципи управління фізичного виховання студентів ЗВО та впровадження їх в умовах освіти та життєдіяльності майбутніх вчителів. Розглянуто оздоровчі, розвивальні, виховні можливості чирлідінгу для підвищення ефективності організації фізичного виховання студентів у ЗВО із урахуванням статтю. Досліджено організацію занять чирлідінгом у ЗВО яка охоплювала як теоретичну, так і практичну складові і включала елементи хореографії, акробатики, гімнастики і танців. Підкреслено новизну щодо використання чирлідінгу як засобу фізичного виховання що дозволяє сформувати не лише основи акробатичної, гімнастичної, танцювальної підготовки і командні рухи. Нервово-емоційна й розумова напруженість розумової діяльності студентів, яка часто супроводжується недотриманням режиму навчання та відпочинку, нераціональним харчуванням та іншими факторами, поглиблюється недостатнім рівнем рухової активності. Усе це негативно відображається на стані здоров'я студентів, їхньому фізичному розвитку та рівні фізичної підготовленості. Велика кількість досліджень із проблем організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах освіти, які готують майбутніх вчителів, указує на необхідність пошуку нових технологій, які сприятимуть формуванню в студента престижності мати високий рівень здоров'я, що залежить від виховання особистісної мотивації, певних знань і поведінки конкретної особистості, а також є результатом спільної праці викладача й студента.

Ключові слова: чирлідінг, рухова активність, студенти, завдання, форми, напрями.

Kozytska A., Pshenychna L., Korkh-Cherba O. Cheerleading – a component of organizational forms of student physical development management in the conditions of education of future teachers. The article provides a scientific rationale for the process of forming students' physical health competence, reveals the specifics of the work and the principles of managing the physical education of university students and their implementation in the conditions of education and life activities of future teachers. Health, developmental, and educational opportunities of cheerleading to increase the effectiveness of the organization of physical education of students in higher education institutions, taking into account gender, were considered. The organization of cheerleading classes at universities was studied, which included both theoretical and practical components and included elements of choreography, acrobatics, gymnastics and dance. The novelty of using cheerleading as a means of physical education, which allows forming not only the basics of acrobatic, gymnastic, dance training and team movements, is emphasized. The neuro-emotional and mental tension of students' mental activity, which is often accompanied by non-compliance with the study and rest regime, irrational nutrition and other factors, is deepened by an insufficient level of motor activity. All this has a negative impact on the state of health of students, their physical development and level of physical fitness. A large number of studies on the problems of organizing physical education in higher educational institutions that prepare future teachers indicate the need to find new technologies that will contribute to the formation of prestige in students to have a high level of health, which depends on the education of personal motivation, certain knowledge and behavior of a specific individual, and is also the result of the joint work of a teacher and a student.

Key words: cheerleading, motor activity, students, objectives, forms, ways.

Постановка проблеми. У 21 столітті в Україні склалася критична ситуація зі станом здоров'я молоді. Майже 90 % дітей, учнів та студентів мають відхилення в стані здоров'я, понад 50 % –