

10. Oderov A., Romanchuk S., Nebozhuk O., Kuznetsov M., Romanchuk V., Boyarchuk O., Tychyna I. Innovative studies of the content of physical training of the Armed Forces of foreign countries as an element of military professional training. Bulletin of the Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko. 2021p.
11. Bilous T.I. Formation of value orientations in professional military activity. Psychology. Collection of scientific works. Kyiv: NPU named after M.P. Drahomanova, 2000. Ch. II., Vol. 2 (9). pp. 241-254.
12. Gryaznov I.O. Theoretical and methodological principles of moral education of future officers of the State Border Guard Service of Ukraine: diss. ... doctor of pedagogy Sciences: 13.00.07. Ternopil. 2006. 470 p.
13. Stolyarov V.I., Bykhovskaya I.M., Lubysheva L.I. The concept of physical culture and physical education (innovative approach). Theory and practice of physical culture. 1998. No. 5. P. 11-15.
14. Yevtushenko V. V., Bondarovykh O. P., Ivakhno O. V. and others. Special physical and psychological training of employees of the Security Service of Ukraine for operational and service activities in conditions of increased risk: training. Manual. Kyiv: National. Acad. SBU, 2016. 234 p.
15. Finogenov Yu.S. The structure and levels of management in the system of physical training of the Armed Forces of Ukraine. Bulletin of NUOU. 2011; 6(25): 114-120 [in Ukraine].

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).48](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).48)

УДК 37.01 6.796.01 1.61

**Євтушок М. В.,**  
<https://orcid.org/0000-0002-1161-1179>  
кандидат педагогічних наук, доцент  
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання,  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ  
**Філатова З. І.,**  
<https://orcid.org/0000-0002-6053-9601>  
кандидат педагогічних наук, доцент  
доцент кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації,  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ  
**Ведмідь І. О.,**  
<https://orcid.org/0009-0009-5202-469X>  
вчитель фізичної культури,  
школа I-III ступенів №309 Дарницького району, м. Київ

### МЕТОДИ ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ УМІНЬ ТА НАВИЧОК У СТУДЕНТІВ ЗВО В ХОДІ ЗАНЯТЬ З АКВАФІТНЕСУ З МЕТОЮ ПОЛІПШЕННЯ КОМПЕТЕНТІСНИХ ЗНАНЬ

У статті окреслено методи поліпшення компетентнісних знань студентів, напрямки розробки структури та змісту умов, які передбачають використання інформаційних технологій, які сприяють створенню, виконанню й корекції індивідуальних проектів здорового способу життя і забезпечують формування в студентів умінь самоврядування пізнавальною діяльністю в межах професійно-фахової та фізкультурно-оздоровчої спрямованості; шляхи оптимізації формування у здобувачів освіти прагнення до систематичних занять аквафітнесом. **Мета роботи.** Визначити методи поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти в ході занять аквафітнесом. **Методологія.** Для розв'язання поставлених завдань дослідження використовувались методи: теоретичний аналіз наукової та науково-методичної літератури, опитування, педагогічне спостереження, тестування та методи математичної статистики.

Для оволодіння системою знань, умінь, рухових навичок, творче їх використання в навчальній діяльності та фізичному самовдосконаленні в ході занять аквафітнесом використовувався метод надання здобувачам освіти свободи вибору, для поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти використовувався метод випереджувальної самостійної роботи, з метою створення умов для подолання пізнавальних труднощів в ході занять аквафітнесом використовувався проблемний метод. **Наукова новизна.** Визначено методи впливу на формування спеціальних умінь та навичок у студентів ЗВО в ході занять з аквафітнесу з метою поліпшення компетентнісних знань. **Висновки.** Тенденції розвитку сучасного суспільства, його яскраво виражена інформатизація зумовлюють необхідність все більш широкого використання інформаційних технологій у сфері освіти, де особливо зростає необхідність їх створення та використання в ході занять аквафітнесом.

**Ключові слова:** компетентнісні знання, пізнавальна діяльність, аквафітнес, пізнавальні можливості.

**Yevtushok Maryna, Filatova Zoya, Vedmid Iryna. Methods of forming skills for improving students' knowledge of competence busy in aquafitness.** The article marked the main methods of improving the competent knowledge of students busy in aquafitness, the direction of developing the structure and content of the conditions that involve the use of information technologies that promote the creation, implementation and correction of individual projects of healthy lifestyle and provide the formation of self-government skills for cognitive activity within the physical culture - health and professional orientation. as well as ways to optimize the formation of students of a higher education institution desire for systematic aquafitness lessons. **The aim of the study.** To determine the methods of improving the competence knowledge of the students of education in the course of aquafitness classes. **Methodology.** Methods were used to solve the research tasks: theoretical analysis of scientific and scientific-methodical literature, survey, pedagogical observation, testing and methods of mathematical statistics.

To master the system of knowledge, skills, motor skills, their creative use in educational activities and physical self-improvement during aquafitness classes, the method of giving students freedom of choice was used, to improve the competence knowledge of students, the method of anticipatory independent work was used, with the aim of creating conditions for overcoming cognitive difficulties during aquafitness classes, a problematic method was used. **Scientific novelty of the research.** The methods of influencing the formation of special abilities and skills among students during aquafitness classes with the aim of improving competence knowledge have been determined. **Conclusions.** Trends in the development of modern society, its pronounced informatization necessitate the increasingly widespread use of information technologies in the field of education, where the need for their creation and use during aquafitness classes is especially growing.

**Key words:** competent knowledge, cognitive activity, aquafitness, cognitive capabilities.

#### Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Одним з важливих чинників, який впливає на становлення особистості студента та його ставлення до здобуття освіти та власного здоров'я, є навчально-виховний процес у системі занять фізичними вправами, зокрема занять у водному середовищі, а саме аквафітнесом. Тому впровадження ідей особисто-орієнтованого навчання і виховання, що зберігають неповторність і унікальність особистості кожної молодої людини, мають ґрунтуватися на засадах сучасної педагогічної етики. Реалізація навчальної та розвиваючої функції закладу вищої освіти можлива виключно за умови посилення ролі людинознавчих дисциплін, які формують у студентів необхідне коло знань щодо можливостей людського організму, людської психіки, розвивають уміння і навички здорового способу життя. Однак на цьому шляху необхідно подолати суперечності в сучасних підходах до занять фізичними вправами, зокрема аквафітнесом, у закладах вищої освіти, зорієнтованих лише на покращення фізичних якостей та вимог без акценту на розвиток пізнавальної діяльності та поліпшення компетентнісних знань. Сучасна педагогічна етика покликана використовувати знання в галузі фізичної культури і спорту; уміти застосовувати набуті рухові вміння та навички з метою корекції стану власного здоров'я та задовільної фізичної форми; уміння розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.

Наразі майже в усіх країнах світу йде інтенсивний пошук нових ідей і підходів до організації фізкультурно-оздоровчої роботи, розробляються і впроваджуються у практику інноваційні проекти і програми. Перебудова свідомості, використання нових досягнень та методик, переорієнтування ціннісних мотивацій із прагматичних на загальнолюдські дозволяють докорінно змінити спосіб життя сучасної молодої людини. Але потрібно говорити не лише про нові технології, але й про їхню відповідність психозберігальним ознакам [4, 5].

**Мета дослідження.** Визначити методи поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти в ході занять аквафітнесом.

**Результати дослідження.** Процес формування у здобувачів освіти потреби в систематичних заняттях складається з низки взаємопов'язаних напрямів:

- виховання позитивного ставлення та інтересу до занять фізичними вправами, зокрема аквафітнесом;
- озброєння здобувачів освіти спеціальними знаннями і вироблення на цій основі переконань у потребі систематичних занять фізичними вправами в системі навчання у закладі вищої освіти;
- формування спеціальних рухових умінь і навичок та розуміння доцільності використання їх на практиці.

Вибір **методів** поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти в ході занять аквафітнесом на заняттях із фізичного виховання ґрунтувався на таких положеннях:

- суб'єктами в системі поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти є викладач і студент, пізнавальна діяльність та розвиток компетентності студентів розглядається як об'єкт управління;
- процес зв'язку зумовлює обмін між керуючою і керованою структурними одиницями (викладач – студент) в навчальному процесі, визначає їх єдність і взаємодію в досягненні поставленої мети;
- інформація про стан керованого об'єкта є атрибутом і основою управлінської педагогічної діяльності педагога.

Для оволодіння системою знань, умінь, рухових навичок, творче їх використання в навчальній діяльності та фізичному самовдосконаленні в ході занять аквафітнесом використовувався метод надання здобувачам освіти свободи вибору [3]. Цей метод був важливим у виховному відношенні, оскільки сприяв розвитку активності студента в навчальному процесі, формуванню пізнавальних інтересів, умінню оцінювати й порівнювати свої індивідуальні здібності і можливості, виявляти ініціативність, самостійність, реалізувати особистісний потенціал. Свобода вибору не передбачала дилеми між «робити» або «не робити», а передбачала вибирати варіанти вивчення змісту (навчальної та додаткової літератури), різноманітність форм навчальних занять (теоретичне заняття, практичне заняття тощо), контролю, методів і прийомів навчання (творчі завдання, робота в мікрогрупах тощо), які створюють освітній простір. Свобода вибору – це можливість вибирати найбільш особистісно значимі і суттєві для студента в цей відрізок часу способи навчальної роботи, ситуації, у яких можуть бути реалізовані його здібності і можливості, особистісний досвід, досягнуті найбільш високі результати навчальної діяльності, розвитку активності, самостійності, ініціативності, творчості.

Для поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти використовувався метод випереджувальної самостійної роботи [3]. Цей метод індивідуалізує навчальну працю студента, підвищує активність у навчальному процесі. Самостійну роботу студентів на випереджувальній основі було застосовано в наступних формах: випереджувальні завдання практичного характеру та випереджувальна робота теоретичного характеру.

В процесі використання метода випереджувальної самостійної роботи, відмічено що:

- студенти перших курсів психологічно не готові до самостійної навчальної роботи і не набули ще загальнонаукових умінь, не завжди отримують бажаний результат при виконанні практичного завдання випереджувального характеру. В той час як психологічна підтримка викладача, щирий інтерес до досягнутого результату посилювали особистий інтерес студента до самостійної роботи;

- випереджувальна самостійна робота теоретичного характеру успішна й ефективна тільки за умови доступності необхідних літературних джерел;

- з метою уникнення закріплення помилок будь-яке практичне завдання, що носить випереджувальний характер, виконувалося декілька разів що потребувало виважений розподіл та резерв навчального часу.

Доведено, що використання в ході занять методу випереджувальної самостійної роботи давало можливість зробити практичні заняття цікавішими, підняти їх теоретичний рівень, стимулювати пошукову діяльність студентів, сформувати стійку позитивну мотивацію до занять аквафітнесом.

Основна ідея проблемного методу в ході занять аквафітнесом полягала в тому, що знання в значній своїй частині не передавалися студентам у готовому вигляді, а набувалися ними в процесі самостійної діяльності в умовах проблемної ситуації. У розумовій діяльності студентів виникали проблемні ситуації, які суб'єктивно для студента були важливим стимулом для пошуку і засвоєння логічно правильних наукових висновків. Необхідність подолати пізнавальні труднощі виникали в студента найчастіше тоді, коли вони стикалися з такими фактами:

- 1) недостатності знань для вирішення поставленої проблеми;
- 2) необхідності застосування наявних знань у нових умовах водного середовища;
- 3) наявності суперечностей між наявними знаннями і знову встановленими фактами [1].

Проблемний метод навчання передбачав зміну діяльності здобувача освіти як у бесідах, так і на практичних заняттях та під час підготовки до них. Серед найбільш важливих засобів впливу варто виокремити проблемні питання, проблемні завдання й проблемні ситуації. Так, під час організації в ході занять аквафітнесом проблемних ситуацій (тактичного, організаційного або психологічного характеру) студентам показано значимість засвоєння нових знань для їх вирішення, створено вимогу від студентів розумових дій (прийом і переробка інформації, порівнювати і протиставляти, аналізувати й узагальнювати, обґрунтовувати й оцінювати, приймати рішення тощо). Це було важливим способом розвитку компетентнісних знань.

На основі аналізу результатів опитування та думок здобувачів освіти були визначені ключові напрямки розробки структури та змісту умов, які передбачають використання інформаційних технологій, які сприяють створенню, виконанню й корекції індивідуальних проектів здорового способу життя і забезпечують формування в студентів умінь самоврядування пізнавальною діяльністю та розвиток компетентнісних знань в межах професійної та фізкультурно-оздоровчої спрямованості [2].

Виховання в студентів необхідності до занять аквафітнесом та поліпшення їх компетентнісних знань є предметом особливої уваги як у теорії педагогіки, так і в методиці. Це пов'язано з тим, що в студентській молоді відбувається перехід від природної потреби в рухах в усвідомлену необхідність занять фізичними вправами, зокрема аквафітнесом. Такий підхід, як відомо, потребує вольових зусиль студентів, що в їх віці ще не достатньо сформовані. Тому в практичній роботі необхідно спиратися на інтерес, який є великою рушійною силою, може значно підсилити мотиви і заохотити здобувачів освіти до регулярних занять аквафітнесом [6].

Таким чином, інтерес до занять фізичною культурою належить до мотиваційної сфери особистості. Його психологічною основою є внутрішня мотивація, яка виникає за умов зовнішньої мотивації: вимог викладача, визначення мети занять фізичними вправами, необхідності підготуватися до занять тощо.

Результати аналізу проведеного опитування, показали що найбільш пріоритетними для студентів є знання про методи оздоровлення, діагностики власного здоров'я й фізичного стану. Відмічено що здобувачів освіти I курсу мало цікавить їх рівень конкурентоспроможності на ринку праці або, вочевидь, вони не володіють інформацією про можливості використання компетентнісних знань в галузі фізичних навантажень у сфері майбутньої професійної діяльності. Цікаво, що інтереси студентів більше лежать у сфері сучасних видів спорту та знань з можливості керування своєю руховою активністю.

Більшість опитаних здобувачів освіти (91,10%) розглядали інформаційні технології, які використовувалися в межах дисципліни «Аквафітнес», як чинник активізації навчально-пізнавальної діяльності для **ПОЛІПШЕННЯ КОМПЕТЕНТНІСНИХ ЗНАНЬ**. При цьому найбільш значущими для себе визнали такі цілі (табл. 1), як розробка індивідуальної програми здорового стилю життя (68,72%), корекція стану здоров'я (62,67%) і його діагностика (52,96%). Необхідно відзначити, що розглянуті завдання неможливо здійснити без діагностики стану власного здоров'я.

Таблиця 1

**Оцінка важливості використання інформаційних технологій при вивченні дисципліни «Фізичне виховання студентів СМГ», (%)**

Мета використання інформаційних технологій	%
Розробка індивідуальної програми здорового способу життя	68,72
Корекція та підтримка стану здоров'я	62,67
Діагностика та самодіагностика стану здоров'я	52,96
Ознайомлення з сучасними видами та методами оздоровлення	46,68

**Висновки.** Тенденції розвитку сучасного суспільства, його яскраво виражена інформатизація зумовлюють необхідність все більш широкого використання інформаційних технологій у сфері освіти, де особливо зростає необхідність їх створення та використання в ході занять аквафітнесом.

### Література

1. Бондар Т. К. Формування складнокоординаційних рухів майбутніх вчителів музики засобами аквафітнесу у процесі фізичного виховання: автореферат дис. ... канд. пед. наук 13.00.02 / Тетяна Костянтинівна Бондар; наук. кер. Ж. Г. Дьоміна; М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2017. 20 с.
2. Головійчук І. Загальна характеристика планування аквафітнесу для студентів спеціальної медичної групи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): Збірник наукових праць*. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. Вип. 10. С. 192-196.
3. Єракова Л. А., Підгайна В. О., Євпак Н. О., Єременко Н. П. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів факультету заочного навчання з дисципліни вільного вибору «Аквафітнес» Київ: Вид-во НУФВСУ, 2019. 25 с.
4. Касіч Н. П. Педагогічні умови виховання цілеспрямованості старших підлітків у фізкультурно-оздоровчій діяльності. *Науковий журнал «Молодий вчений» Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича «Актуальні питання фізичної культури, спорту, ерготерапії»*, 2018. Вип.3.3 (55.3). С. 48-52.
5. Маринчук В. В., Кривобок Т. П. Стан та перспективи розвитку сфери фізичного виховання студентської молоді. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : Збірник наукових праць*. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2017. Вип. 3 К (84). С. 281.
6. Сальникова С. Характеристика професійно значущих знань, умінь та навичок як умови ефективного управління діяльністю тренера-викладача з аквафітнесу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : Збірник наукових праць*. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. Вип. 7 (33), Т. 2. С. 199-205.

### References

1. Bondar T. K. (2017). Formuvannia skladnokoordynatsiinykh rukhiv maibutnix vchyteliv muzyky zasobamy akvafitnesu u protsesi fizychnoho vykhovannia: avtoreferat dys. ... kand. ped. nauk 13.00.02 / Tetiana Kostiantynivna Bondar; nauk. ker. Zh. H. Domina; M-vo osvity i nauky Ukrainy, Nats. ped. un-t im. M. P. Drahomanova. Kyiv. 20 s.
2. Holoviichuk I. (2011). Zahalna kharakterystyka planuvannia akvafitnesu dia studentiv spetsialnoi medychnoi hrupy. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport) : Zbirnyk naukovykh prats*. Kyiv : Vyd-vo NPU im. M. P. Drahomanova. Vyp. 10. S. 192-196.
3. Yerakova L. A. (2019). Metodichni rekomendatsii dia samostiinoi roboty studentiv fakultetu zaochnoho navchannia z dystsypliny vilnoho vyboru «Akvafitnes» / L. A. Yerakova, V. O. Pidhaina, N. O. Yevpak, N. P. Yeremenko Kyiv : Vyd-vo NUFVVSU. 25 s.
4. Kasich N. P. (2018). Pedahohichni umovy vykhovannia tsilespriamovanosti starshykh pidlitkiv u fizkulturno-ozdorovchii diialnosti. *Naukovyi zhurnal «Molodyi vchenyi» Chernivetskoho natsionalnoho universytetu imeni Yurii Fedkovycha «Aktualni pytannia fizychnoi kultury, sportu, erhoterapii»*. Vyp.3.3 (55.3), s. 48-52.
5. Marynychuk V. V., Kryvobok T. P. (2017). Stan ta perspektyvy rozvytku sfery fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport) : Zbirnyk naukovykh prats*. Kyiv : Vyd-vo NPU im. M. P. Drahomanova. Vyp. 3 K (84). S. 281.
6. Salnykova S. (2013). Kharakterystyka profesiino znachushchykh znan, umin ta navychok yak umovy efektyvnoho upravlinnia diialnistiu trenera-vykladacha z akvafitnesu. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M. P. Drahomanova. Serii 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport) : Zbirnyk naukovykh prats*. Kyiv : Vyd-vo NPU im. M. P. Drahomanova. Vyp. 7 (33), T. 2. S. 199-205.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).49](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).49)  
УДК:796.0 11.1:17.03

**Завальнюк О. В.**  
<https://orcid.org/0000-0002-9741-8424>  
**доктор філософських наук, професор,**  
**професор кафедри теорії та методики фізичного виховання,**  
**Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ**

### МОРАЛЬНО-ЕТИЧНИЙ ВИМІР ЯК АКСІОЛОГІЧНИЙ ПРІОРИТЕТ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

В статті наголошується, що етика спорту є невід'ємною частиною спортивної діяльності та визначає її соціальну роль у формуванні сучасного суспільства. Стверджується, що існування фізичного виховання та спортивної діяльності на етичних принципах сприяє створенню здорового, справедливого та гармонійного суспільства, сприяє розвитку особистості та вихованню поколінь. Зазначається, що принципи чесної гри (Fair Play) мають широкий соціальний вплив, їх віддзеркалення в міжособистісних відносинах, вихованні молоді та формуванні громадських цінностей визначається аксіологічним підґрунтям спортивної етики. **Мета дослідження** – висвітлення ролі принципу чесної гри (Fair Play) як аксіологічного пріоритету соціокультурних трансформацій спортивної діяльності. **Методологія.** Дослідження функціонального потенціалу спортивної діяльності та можливості вдосконалення людини відбувалося на основі історичного та структурно-функціонального методів, а також використовувалась методологія