

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).91](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).91)
УДК: 796.0 71.4:378.0 91.33

Сватъев А.В.,
<https://orcid.org/0000-0001-9399-1576>
доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичної культури і спорту,
Запорізький національний університет, м. Запоріжжя
Міфтахутдінова Д.А.,
<https://orcid.org/0000-0002-9865-2300>
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, директор
Дніпропетровської обласної школи вищої спортивної майстерності, м. Дніпро
Симонік А.В.,
<https://orcid.org/0000-0001-8574-8744>
кандидат біологічних наук, доцент,
доцент кафедри фізичної культури і спорту,
Запорізький національний університет, м. Запоріжжя

ЗАГАЛЬНО-ОСВІТЯНСЬКИЙ КОМПОНЕНТ СУЧАСНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

Мета статті полягає у з'ясуванні загально-освітнянського контексту складової підготовки майбутнього фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорт до професійної діяльності.

В статті на основі аналізу психолого-педагогічної літератури було з'ясовано загально-освітнянський контекст складової підготовки майбутнього менеджера фізичної культури і спорту до професійної діяльності, а саме: «освіта», «професійна освіта», «виховання», «виховання й розвиток», «розвиток особистості».

На основі теоретичного аналізу було визначено, що незважаючи на значну кількість досліджень з питань організації процесу навчання фахівців у закладах вищої освіти, проблема підготовки майбутнього менеджера фізичної культури і спорту до професійної діяльності висвітлена недостатньо. Залишаються нерозв'язаними питання відповідності вимог, які пред'являються суспільством до підготовки майбутніх фахівців відповідно до нових соціально-економічних умов і наявним рівнем підготовки цих фахівців до професійної діяльності.

Посилення соціального значення процесу професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у закладах вищої освіти до професійної діяльності зумовлено новими соціально-економічними змінами, розбудовою нашої держави відповідно до нових ринкових умов.

Аналіз розвитку педагогічної теорії й практики засвідчив, що на всіх етапах становлення професійної освіти вчені здійснювали пошук нових підходів до підготовки майбутнього фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорт, адекватних до існуючих соціокультурних вимог. Нині процес професійної підготовки педагогічних кадрів для вітчизняної школи й для всієї структури освіти вийшов на якісно новий етап розвитку. Освіта припускає цілісність виховання, навчання й розвитку, що розвертаються в логіку освітніх процесів.

Особистісна взаємодія в педагогічному процесі повинна ґрунтуватися на внутрішній потребі педагога бути максимально настроєним на діалог зі студентом, на співробітництво та співтворчість. Ми вважаємо, що гуманістична позиція педагога повинна бути заснована на збереженні педагогом своєї особистої цілісності та розуміння цілісності особистості студента.

Ключові слова: підготовка майбутнього фахівця, спеціальність 017 фізична культура і спорт, загально-освітнянський компонент.

Svatiev Andrii, Miftakhutdinova Dina, Symonik Anastasiia. The general educational component of the modern training of the future specialist in the specialty 017 physical culture and sports. In article on the basis of the analysis of psychological and pedagogical literature, it was found general education component context of preparation of the future of specialist in specialty 017 physical education and sports of professional activity, namely: «education», «professional education», «education», «education and development», «development of the personality».

On the basis of theoretical analysis it was determined that despite the significant amount of research on the organization of process of specialist in specialty 017 physical education and sports in higher educational institutions, the problem of training of the future of specialist of physical culture and sports of professional activity are not well lit. Unresolved issues of compliance with the demands of society in the preparation of future specialists according to the new socio-economic conditions and the existing level of training of these specialists for professional activity.

Exploring the issues related to preparation of the future of coach-teacher to professional activities, the author relied on the development of domestic and Russian scientists, who considered in their study various aspects of preparation of experts in higher educational institutions. The author is of the opinion that today, education is under active reconstruction as personal or individually oriented development and confronts researchers lot of questions.

Personal interaction in the educational process should be based on the internal needs of the teacher to be the most disposed to dialogue with the student, on cooperation and co-creation. Humanistic position of the teacher should be based on maintaining a teacher of his personal integrity and understanding of the integrity of the individual student. Personal approach in

education can be understood as a joint activity based on the realization of opportunities of the person as a pupil and teacher. The essence of this approach involves the integrity of the personality of the teacher.

Key words: training of a future specialist, speciality 017 physical culture and sports, general education component.

Зміна сучасної парадигми системи освіти у закладах вищої освіти України зумовлена необхідністю професійної підготовки майбутніх фахівців, повинних бути конкурентоспроможними на ринку праці відповідно до швидкозмінних соціально-економічних процесів. Організація навчання у закладах вищої освіти має бути спрямована на формування особистості фахівця, якому властиві творчий самостійний пошук та якості, необхідні для здійснення ефективної майбутньої професійної діяльності; який володіє системою відповідних знань та умінь; здатного до саморозвитку та самонавчання упродовж усього життя [Error! Reference source not found., Error! Reference source not found.].

Теоретичною основою організації професійної підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти взагалі та з фізичної культури і спорту зокрема, слугують Конституція України та Закони України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Державна національна програма «Освіта» («Україна XXI століття»), Національна доктрина розвитку освіти України, Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту.

Досліджуючи питання, пов'язані з підготовкою майбутнього фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорт до професійної діяльності, ми спиралися на розробки вітчизняних науковців, які розглядали у своїх дослідженнях різні аспекти підготовки фахівців у закладах вищої освіти [1-8].

На основі теоретичного аналізу нами з'ясовано, що незважаючи на значну кількість досліджень з питань організації процесу навчання фахівців у закладах вищої освіти, проблема підготовки майбутнього фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорт до професійної діяльності висвітлена недостатньо. Залишаються нерозв'язаними питання відповідності вимог, які пред'являються суспільством до підготовки майбутніх фахівців відповідно до нових соціально-економічних умов і наявним рівнем підготовки цих фахівців до професійної діяльності.

Визначені аспекти окреслюють мету статті, яка полягає у з'ясуванні загально-освітнянського контексту складової підготовки майбутнього фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорт до професійної діяльності.

Посилення соціального значення процесу професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у закладах вищої освіти до професійної діяльності зумовлено новими соціально-економічними змінами, розбудовою нашої держави відповідно до нових ринкових умов.

Процеси трансформації, глобалізації та інтеграції, що відбуваються нині у соціально-економічному житті українського суспільства, вимагають якісних змін у концептуальних засадах професійної підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації фахівців усіх галузей господарства, зокрема, у галузі фізичного виховання та спорту.

Ефективність майбутньої професійної діяльності фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорт залежить від якості його підготовки, рівня професійних знань, умінь та навичок застосовувати отримані знання на практиці, рівнем готовності здійснювати професійну діяльність в сучасних ринкових умовах [Error! Reference source not found.].

Підготовка майбутнього фахівця фізичної культури і спорту до професійної діяльності, загальний рівень його професійної майстерності залежить від комплексного підходу до побудови змісту освіти, виокремлення вагомих професійних знань, що сприяють оволодінню змістовою і процесуальною сутністю професійної діяльності майбутнього фахівця, забезпечення інтегративних міждисциплінарних зв'язків у формуванні цілісної системи професійних знань, розробки і впровадження форм і методів, використання, поряд з традиційним, інтерактивного навчання [Error! Reference source not found., Error! Reference source not found.].

Розуміння сутності процесу підготовки майбутнього фахівця фізичної культури і спорту до професійної діяльності у закладах вищої освіти можливо завдяки з'ясуванню базових понять дослідження. Тому вважаємо за доцільне зупинитись на їх визначенні.

У руслі понять, що характеризують загально-освітнянський контекст, ми визначимо поняття «освіта», «професійна освіта», «виховання», «виховання й розвиток», «розвиток особистості».

Проведений нами аналіз словників засвідчив наявність різноманіття тлумачень щодо поняття «освіта». Його визначають як «сукупність знань, отриманих в результаті навчання; рівень, ступінь знань, здобутих у процесі навчання; освіченість; піднесення рівня знань; навчання; процес засвоєння знань; загальний рівень знань» (Великий тлумачний словник сучасної української мови); «систему навчально-виховних заходів; систему закладів і установ, через які здійснюються ці заходи» (Новий тлумачний словник української мови); «процес здобуття (передачі), розширення, підвищення рівня знань; сукупність систематизованих знань, умінь, навичок, набутих в результаті навчання; загальний рівень знань людини, що часто співвідноситься з рівнем навчального закладу, який вона закінчила або в якому навчалася; система закладів і установ, призначених для навчання» (Тлумачний словник української мови); «духовне обличчя людини, яке складається під впливом моральних і духовних цінностей, що є надбанням її культурного кола, а також процес виховання, самовиховання, впливу, шліфування, тобто процес формування обличчя людини.

При цьому головним є не обсяг знань, а поєднання останніх з особистісними якостями, вміння самостійно розпоряджатися своїми знаннями. За означенням, прийнятим XX сесією генеральної конференції ЮНЕСКО, під освітою розуміється процес і результат удосконалення здібностей і поведінки особистості, при якому вона досягає соціальної зрілості та індивідуального зростання. В освіті завжди є формальний аспект, тобто духовна діяльність або духовна здатність (яка розглядається поза залежністю від відповідного даному часу)» (Український педагогічний словник) [10].

Освіта – це «соціально-економічні відносини між людьми у всіх сферах суспільного відтворення, які виникають з приводу навчання, виховання, підготовки робочої сили відповідних кваліфікаційних рівнів для різних галузей, що здійснюється спеціальними організаціями, закладами та установами державної, колективної та приватної форм власності» [0].

Привертає увагу дослідження, яке здійснила Л.В. Безкоровайна щодо визначення поняття «освіта» [3]. На основі аналізу психолого-педагогічної літератури автором з'ясовано, що поняття «освіта» визначають як «духовне обличчя людини, яке складається під впливом моральних і духовних цінностей, що є надбанням її культурного кола, а також процес виховання, самовиховання, впливу, шліфування, тобто процес формування обличчя людини... головним є не тільки знання, а поєднання останніх з особистісними якостями, уміння самостійно розпоряджатися своїми знаннями»; процес і результат оволодіння людиною системою наукових знань, пізнавальних умінь і навичок, формування їх на підставі світогляду, моральних та інших якостей особистості, розвитку її творчих сил і здібностей... результатом не тільки навчання, а й самоосвіти і впливу засобів масової інформації; засіб і умову організації життєдіяльності кожного студента, що будується на таких видах діяльності, як пізнання, перебудова та ціннісна орієнтація. Учена стверджує, результатом «освіти» має бути сама людина, яка пройшла навчання в певній освітній системі... її досвід, як сукупність сформованих інтелектуальних, особистісних, поведінкових якостей, знань і умінь дозволяють їй адекватно діяти на підставі цих знань у будь-якій ситуації. Також дослідниця з'ясувала, що головною метою освіти є – індивідуальна, а не соціальна..., в освіті не повинно бути нічого, що не потрібно було б самому індивіду [3].

Освіта сьогодні активно перебудовується як особистісно орієнтована або індивідуально-розвиваюча й ставить перед дослідниками багато питань.

Насамперед, педагогічна реальність зіштовхується із проблемою екстенсивного росту знань, що приводить до необхідності перебудови системи освіти таким чином, щоб особистість могла вмістити в себе весь цей простір знань, який збільшується. Є всі підстави вважати, що теорія освіти повинна збагатитися необхідним компонентом – особистісною освітою. Тобто такою освітою, що зможе дати не тільки й не стільки якийсь об'єм знань, а й створити «простір осмислення» цього знання, точніше, можливість осмислення самої особистості у світі знань.

Однак, зміна парадигми освіти не означає відмову від «освіти знанням». Цей перехід припускає обов'язкове включення супутнього й розвиваючого компонента – «освіти особистістю», оскільки яким би не був набір навчальних дисциплін, все визначає світорозуміння й світогляд педагога.

Перехід до особистісно орієнтованої парадигми освіти обновляє розуміння цільових, змістовних і процесуальних характеристик освіти.

Освіта сьогодні прагне до звільнення від анонімності, знеособленості учасників освітнього процесу. Класична ідея педагогічної думки про те, що у навчанні все засновано на особистості визначає залежність педагогічного процесу від педагогічної індивідуальності.

Особистісний підхід в освіті можна розуміти як спільну діяльність, засновану на реалізації можливостей особистості як учня, так і педагога. Суть такого підходу припускає цілісність особистості викладача.

Педагогічна позиція, визначаючи характер взаємодії в педагогічному процесі, визначає її гуманістичну спрямованість. Ми дотримуємося фундаментального розуміння предмета педагогіки як науки про систему освітніх процесів. Категорія «освіти» посідає в педагогіці центральне місце.

Аналіз розвитку педагогічної теорії й практики засвідчив, що на всіх етапах становлення професійної освіти вчені здійснювали пошук нових підходів до підготовки майбутнього фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорт, адекватних до існуючих соціокультурних вимог. Нині процес професійної підготовки педагогічних кадрів для вітчизняної школи й для всієї структури освіти вийшов на якісно новий етап розвитку. Освіта припускає цілісність виховання, навчання й розвитку, що розвертаються в логіку освітніх процесів.

Взаємозв'язок між процесами виховання, навчання й розвитку адекватні взаємозв'язкам між компонентами освітнього процесу: цілями, змістом і методами.

В Українському педагогічному словнику поняття «виховання» тлумачиться як «процес цілеспрямованого, систематичного формування особистості, зумовлений законами суспільного розвитку, дією багатьох об'єктивних і суб'єктивних факторів [10]. У широкому розумінні виховання – це вся сума впливів на психіку людини, спрямованих на підготовку її до активної участі у виробничому, громадському й культурному житті суспільства. Сюди входить як спеціально організований вплив виховних закладів, так і соціально-економічні умови, що діють певною мірою стихійно. У вузькому розумінні слова виховання є планомірним впливом батьків і школи на вихованця. Метою виховання є сприяння розвитку у вихованця виявленого обдарування чи стримання якихось задатків відповідно до мети («ідеал виховання»). Засобом виховання є насамперед приклад, який вихователь подає вихованцеві, потім – наказ (вимога й заборона), переконання, привчання й навчання. Виховання поширюється на тіло, душу й дух і ставить завданням утворення із задатків і здібностей, що розвиваються, гармонійного цілого, а також набуття підростаючим вихованцем сприятливих для нього самого і для суспільства душевно-духовних установок стосовно до інших людей, сім'ї, народу, держави тощо. Виховання з боку батьків і школи припиняється з втратою ними авторитету у вихованця» [0].

Аналіз психолого-педагогічної літератури, який провела Л.І. Іванова, засвідчив наявність розбіжностей у визначенні поняття «виховання» [9]. За ствердженням дослідниці, його тлумачать як процес набуття навичок поведінки, які прищеплюються школою, сім'єю, середовищем та мають прояв у суспільному житті, а виховати – виростити, надавши освіту, навчивши правилам поведінки; процес систематичного та цілеспрямованого впливу на духовний і фізичний розвиток особистості з метою підготовки її до виробничої, суспільної й культурної діяльності; процес підготовки людини до сучасної або майбутньої життєдіяльності; формування системи особистісних змістів; процес передачі старшими поколіннями суспільно-історичного досвіду новим поколінням з метою підготовки їх до життя та праці; процес, що веде до формування засобами педагогічного впливу високої культури особистості відповідно до вимог наступного етапу розвитку світової спільноти (Л.П. Сущенко).

В Українському педагогічному словнику подано таке визначення поняття «виховання й розвиток»: «індивідуальний розвиток людини – ряд послідовних кількісних і якісних змін, яких зазнає її організм від моменту зародження й до кінця життя,

становлення людини як соціальної істоти [10]. Виховання починається з народження людини й відіграє важливу, хоча й різну роль у всіх формах і на всіх етапах розвитку особистості. Між вихованням й розвитком існує тісний взаємозв'язок. Не лише розвиток особистості залежить від виховання, а й виховання від розвитку. Правильне розуміння взаємозв'язку виховання й розвитку, спростовуючи фаталістичні концепції психічного розвитку особистості, має важливе значення для наукового обґрунтування методів педагогічного керівництва всебічним розвитком особистості» [2, 4, 8].

Щодо визначення поняття «розвиток особистості», то в Українському педагогічному словнику пропонується тлумачення його як «процесу формування особистості як соціальної якості індивіда в результаті його соціалізації і виховання [10]. Маючи природні анатомо-фізіологічні передумови до становлення особистості, дитина в процесі соціалізації вступає у взаємодію з навколишнім світом, оволодіваючи досягненнями людства. Оволодіння дійсністю у дитини реалізується в її діяльності за допомогою дорослих, тим самим процес виховання є провідним у розвитку її особистості. Розвиток особистості відбувається в діяльності, яка керується системою мотивів, притаманних даній особистості. Як передумова й результат розвитку особистості виступають потреби» [4].

Особистісна взаємодія в педагогічному процесі повинна ґрунтуватися на внутрішній потребі педагога бути максимально настроєним на діалог зі студентом, на співробітництво та співтворчість. Ми вважаємо, що гуманістична позиція педагога повинна бути заснована на збереженні педагогом своєї особистої цілісності та розуміння цілісності особистості студента.

Таким чином, на основі аналізу психолого-педагогічної літератури, нами з'ясовано загально-освітнянський контекст складової підготовки майбутнього фахівця зі спеціальності 017 фізична культура і спорту до професійної діяльності, а саме: «освіта», «професійна освіта», «виховання», «виховання й розвиток», «розвиток особистості».

Література

1. Атаманюк С. Теорія і практика підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до використання інноваційних видів рухової активності у професійній діяльності. Освіта. Інноватика. Практика. 2021. Т. 9, № 2. С. 6-14.
2. Безкопильний О.О., Суцценко Л.П., Матусевич А.М. Специфіка підготовки майбутніх учителів фізичної культури у закладах вищої освіти Польщі. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Випуск 3К (147) 22. С. 50-53.
3. Безкоровайна Л.В. Формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту до впровадження технології спортивного менеджменту: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. К., 2009. 279 с.
4. Дубовой О.В., Бабич В.І., Дубовой В.В. та ін. Проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту в умовах дистанційного навчання в університетах. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. 2021. № 6(2). С. 40-48.
5. Кондрацька Г., Чепелюк А. Сучасні траєкторії підготовки фахівців з фізичної культури і спорту. Проблеми підготовки сучасного вчителя. 2021. Вип. 1. С. 99-107.
6. Отравенко О., Гадючко О. Управління якістю професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в закладах вищої освіти. Актуальні питання гуманітарних наук. 2020. Вип. 29(3). С. 200-206.
7. Твердохлебова Ю. М., Красілов А. Д. Результати експериментальної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до використання сучасних технологій відновлення здоров'я у майбутній професійній діяльності. Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Педагогічні науки. 2020. Вип. 3. С. 176-184.
8. Шукатка О. В. Цифровізація професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту як закономірність інформатизації суспільства. Фізико-математична освіта. 2020. Вип. 4. С. 141-147.
9. Іванова Л.І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. К., 2006. 198 с.
10. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. К. : Либідь, 1997. 374 с.

References

1. Atamaniuk S. Teoriia i praktyka pidhotovky maibutnix fakhivtsiv fizychnoi kultury i sportu do vykorystannia innovatsiinykh vydiv rukhovoї aktyvnosti u profesiinii diialnosti. Osvita. Innovatyka. Praktyka. 2021. T. 9, № 2. S. 6-14.
2. Bezcopylnyi O.O., Sushchenko L.P., Matusevych A.M. Spetsyfika pidhotovky maibutnix uchyteliv fizychnoi kultury u zakladakh vyshchoї osvity Polshchi. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. № 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport): zb. naukovykh prats / Za red. O. V. Tymoshenka. Kyiv : Vydavnytstvo NPU imeni M.P. Drahomanova, 2022. Vypusk 3K (147) 22. S. 50-53.
3. Bezkorovaina L.V. Formuvannia hotovnosti maibutnix fakhivtsiv fizychnoho vykhovannia ta sportu do vprovadzhennia tekhnolohii sportyvnoho menezhmentu: dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04. K., 2009. 279 s.
4. Dubovoi O.V., Babych V.I., Dubovoi V.V. ta in. Problemy profesinoi pidhotovky maibutnix fakhivtsiv z fizychnoi kultury i sportu v umovakh dystantsiinoho navchannia v universytetakh. Visnyk Luhanskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Pedahohichni nauky. 2021. № 6(2). S. 40-48.
5. Kondratska H., Chepeliuk A. Suchasni traiektorii pidhotovky fakhivtsiv z fizychnoi kultury i sportu. Problemy pidhotovky suchasnoho vchytelia. 2021. Vyp. 1. S. 99-107.
6. Otavenko O., Hadiuchko O. Upravlinnia yakistiu profesiinoi pidhotovky maibutnix fakhivtsiv fizychnoi kultury i sportu v zakladakh vyshchoї osvity. Aktualni pytannia humanitarnykh nauk. 2020. Vyp. 29(3). S. 200-206.
7. Tverdokhlebova Yu. M., Krasilov A. D. Rezultaty eksperymentalnoi pidhotovky maibutnix fakhivtsiv fizychnoi kultury i sportu do vykorystannia suchasnykh tekhnolohii vidnovlennia zdorovia u maibutnii profesiinii diialnosti. Visnyk Hlukhivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni Oleksandra Dovzhenka. Pedahohichni nauky. 2020. Vyp. 3. S. 176-184.

8. Shukatka O. V. Tsyfrovizatsiia profesiinoi pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv fizychnoi kultury i sportu yak zakonodirnist informatyzatsii suspilstva. *Fizyko-matematychna osvita*. 2020. Vyp. 4. S. 141-147.
9. Ivanova L.I. Pidhotovka maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury do fizkulturno-ozdorovchoi roboty z uchniamy zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv: dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04. K., 2006. 198 s.
10. Honcharenko S.U. *Ukrainskyi pedahohichnyi slovnyk*. K. : Lybid, 1997. 374 s.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).92](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).92)
УДК 796.0 2

Сергата Н.С.,
<http://orcid.org/0000-0002-3684-688X>
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
завідувач кафедри фізичної культури і спорту,
Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія,
м. Запоріжжя
Сергата М.О.,
<http://orcid.org/0000-0002-9821-7691>
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри фізичної культури і спорту
Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія,
м. Запоріжжя

ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ

В статті розглядається різноманітність та доцільність занять фітнесом зі студентами різних спеціальностей, показано вплив таких занять на стан здоров'я студентів, а також особливості проведення занять з фітнесу. Однією з проблем фізичного виховання у закладах вищої освіти є недостатня зацікавленість молоді у заняттях фізичною культурою. Існує проблема між необхідністю формування фізично здорового фахівця під час навчання та відсутністю мотивації студентів щодо занять фізичним вихованням та спортом, необхідністю зміни формату проведення занять з фізичного виховання, використовуючи нові підходи та нові технології.

Використання фітнес-технологій у фізичному вихованні студентів позитивно вплине на їх мотиваційну сферу, що в свою чергу позначиться на покращенні показників фізичного та психічного стану, навчальної успішності та у формуванні здорового способу життя студентів, рівня загальної культури у закладі вищої освіти.

В статті вивчається стан розробки цього питання у науковій та методичній літературі, узагальнюється досвід застосування фітнес-технологій у навчальному процесі. Показано ефективність програм фітнес-технологій з фізичної культури для студентів різних спеціальностей у ЗВО.

Введення елементів фітнес-технологій у навчальні заняття підвищує інтерес студентів до фізичної культури, стимулює їхню самостійну роботу. Планування занять з елементами фітнесу для юнаків може відбуватись на основі спортивних, рекреаційних фітнес-технологій (атлетична гімнастика, крос-фіт, адаптовані змішані програми, фітнес-йога, спеціалізовані програми атлетичної гімнастики, кругові фітнес тренування тощо). Для дівчат основної групи можуть бути обрані фітнес-йога, атлетична гімнастика, степ-аеробіка, змішані програми; для дівчат адаптивної групи – фітнес-йога, більярд, пілатес, атлетична гімнастика.

Ключові слова: фітнес, фітнес-технології, сучасні фітнес-програми, студенти, фізична культура, мотивація, здоровий спосіб життя.

Serhata Natalia, Sergaty Mykola. The use of modern fitness technologies in the physical education of students.

The article examines the variety and expediency of fitness classes with students of various specialties, shows the impact of such classes on the state of health of students, as well as the peculiarities of conducting fitness classes. One of the problems of physical education in universities is insufficient interest of young people in physical education. There is a problem between the need to form a physically healthy specialist during training and the lack of motivation of students engaged in physical education and sports, the need to change the format of conducting physical education classes using new approaches and new technologies.

The use of fitness technologies in the physical education of students will have a positive effect on their motivational sphere, which in turn will affect the improvement of indicators of physical and mental condition, academic performance and the formation of a healthy lifestyle of students. culture in the university, in the formation of a healthy lifestyle of students.

The article examines the state of the issue in scientific and methodical literature, summarizes the experience of using fitness technologies in the educational process. The effectiveness of fitness technology programs in physical culture for students of various specialties at the university is shown.

The introduction of elements of fitness technologies into educational classes increases students' interest in physical culture, stimulates their independent work. Planning classes with elements of fitness for young men can be based on sports and recreational fitness technologies (athletic gymnastics, crossfit, mixed programs, fitness yoga, specialized programs of athletic gymnastics, circular fitness training, adapted mixed programs). For girls of the main group, fitness yoga, athletic gymnastics, step aerobics, mixed programs can be chosen; for girls of the adaptive group – fitness yoga, billiards, pilates, athletic gymnastics.

Keywords: fitness, fitness technologies, modern fitness programs, students, physical culture, motivation, healthy lifestyle.