



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

НАЦІОНАЛЬНОГО
ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА

СЕРІЯ 15

НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ/

ВИПУСК 11 (119) 19



ДО УВАГИ АВТОРІВ ТА ЧИТАЧІВ ЖУРНАЛУ!

Наукове періодичне видання Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), що входить до Переліку наукових фахових видань України з педагогічних наук (наказ МОНУ № 1222 від 07.10.2016) та фізичного виховання і спорту (наказ МОНУ № 528 від 12.05. 2015 р., включений до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus (IC) (Польща).

Dear Sir/Madam,

Thank you for submitting Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15.

Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)

(ISSN: null) scientific journal **for the ICI Journals Master List 2016** evaluation and for ordering

'Evaluation on Request'. Based on the information submitted in your journal's questionnaire our experts calculated your Index Copernicus Value (ICV) for 2016.



ICV 2016 = 54.30

Dear Sir/Madam

We would like to inform you that „Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) (ISSN: 2311-2220)”

has been indexed in **ICI Journals Master Lis2017**. From now on, the Editorial Staff and Publisher may use this information in their external communication. Based on the information submitted in your journal's questionnaire our Experts calculated your Index Copernicus Value (ICV) for 2017.

ICV 2017 = 63.15



Dear Sir/Madam

We would like to inform you that «Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) (ISSN: 2311-2220)»

has been indexed in **ICI Journals Master Lis2018**. From now on, the Editorial Staff and Publisher may use this information in their external communication. Based on the information submitted in your journal's questionnaire our Experts calculated your Index Copernicus Value (ICV) for 2018.

ICV 2018 = 68



Наукометрична база – бібліографічна і реферативна база даних, інструмент для відстеження цитованості наукових публікацій. Наукометрична база даних - це також пошукова система, яка формує статистику, що характеризує стан і динаміку показників затребуваності, активності та індексів впливу діяльності окремих вчених і науково-дослідницьких організацій. Найбільш актуальними є такі наукометричні бази, як Scopus, Web of Science, Index Copernicus, Google Scholar та ін.

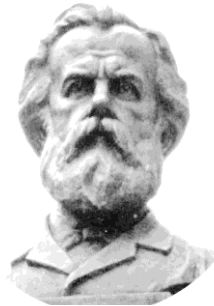
Index Copernicus - міжнародна наукометрична база, що включає індексування, ранжування та реферування журналів, а також є платформою для наукової співпраці та виконання спільних наукових проєктів.

Журнали, зареєстровані в цій базі, пройшли строгий відбір за численними параметрами, доводячи високу якість. Міністерство науки і освіти України віднесло Master List ICI Journal до списку наукометричних баз даних, індексація в яких дозволяє отримати додаткові бали в процесі оцінки публікацій та їх авторів. Крім того, індексація в базі даних Index Copernicus є підґрунтям міжнародної реклами і престижу.

З повагою, редакція журналу

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА**



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

**СЕРІЯ 15
“НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ/”**

ВИПУСК 11 (119) 19

Київ

**Видавництво НПУ імені М.П.Драгоманова
2019**



УДК 0.51
ББК 95
Н 34

WEB сторінка електронного видання : <http://enpuir.npu.edu.ua>;
www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seriia-15

Збірник входить до переліку фахових наукових видань України за галузями науки:

«Педагогічні науки» (наказ Міністерства освіти і науки України № 1222 від 07.10.2016 р.)

«Фізичне виховання і спорт» – (наказ Міністерства освіти і науки України № 528 від 12.05. 2015 р.).

Державний комітет телебачення і радіомовлення України: свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації - серія KB № 8821 від 01.06.2004 р.

Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019 – Випуск 11 (119) 19. – с. 191

У статтях розглядаються результати теоретичних та науково-експериментальних досліджень у галузі педагогічної науки, фізичного виховання та спорту, висвітлюються педагогічні, медико-біологічні, психологічні і соціальні аспекти, інноваційні технології навчання фізичної культури, практики підготовки спортсменів. Збірник розрахований на аспірантів, докторантів, наукових, педагогічних та науково-педагогічних працівників. Статті друкуються в авторській редакції.

Редакційна рада:

Андрущенко В.П.	доктор філософських наук, академік АПН України, рек. НПУ імені М.П.Драгоманова; (гол.Ред. ради);
Андрушин Б.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Бех В.П.	доктор філософських наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Биковська О.В.	доктор пед. наук, професор (секретар Редакційної ради); НПУ імені М.П.Драгоманова;
Бондар Вол. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Бондар Віт. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Дробот І.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Жалдак М.І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Мацько Л.І.	доктор філологічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Падалка О.С.	доктор педагогічних. Наук, професор, член-кореспондент АПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова.;
Синьов В.М.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Шут М.І.	доктор фізико-математичних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова.

Відповідальний редактор **О. В. Тимошенко**

Редакційна колегія:

Ареф'єв В.Г.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Архипов О.А.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Волков В.Л.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Дубогай О.Д.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Медведєва І.М.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Приймаков О.О.	доктор біологічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Сущенко Л.П.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Тимошенко О.В.	доктор педагогічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Путров С. Ю.	доктор філософських наук, професор НПУ імені М. П. Драгоманова
Іванова Л.І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Камаєв О.І.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, ХДАФК
Цьось А.В.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, СНУ імені Л. Українки
Шкретій Ю.М.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, НУФВСУ
Грибан Г.П.	доктор педагогічних наук, професор, Житомирський державний університет імені І.Франка
Агребі Брахім	доктор філософії, професор, Інститут спорту та фізичної культури, Туніс
Бельський І.В.	доктор педагогічних наук, професор, Національний технічний університет, Мінськ, Білорусія
Дадело Станіслав	доктор педагогічних наук, професор, Вільнюський педагогічний університет, Литва
Ейдер Ежи	доктор хабілітований, професор, директор ІФК Щецинського університету, Польща
Ягелло Владислав	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор Академії ФВіС, Гданськ, Польща

Схвалено рішенням Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова

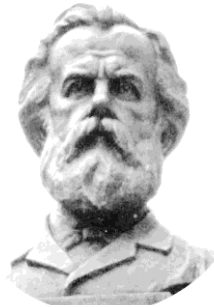
ISSN 2311-2220

© Автори статей, 2019 © НПУ імені М.П.Драгоманова, 2019

Збірник друкується щомісяця

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

National Pedagogical Dragomanov University



SCIENTIFIC JOURNAL

SERIES 15

**"SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE
/ PHYSICAL CULTURE AND SPORTS /"**

Issue 11 (119) 19

Kiev

Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University
2019



UDC 0.51

BBK 95

N 34

WEB page of electronic edition: <http://enquir.npu.edu.ua>;

www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seria-15

The collection is included in the list of professional scientific publications of Ukraine in the branches of science:

"Pedagogical Sciences" (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 1222 dated 07.10.2016)

"Physical education and sport" - (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 528 dated

12.05.2015).

State Committee for Television and Radio Broadcasting of Ukraine: Certificate of State Registration of the Printed Media - Series KV № 8821 dated 01.06.2004.

Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works / Ed. O. V. Tymoshenko. - K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University, 2019 - Issue 11 (119) 19. – s. 191.

The article deals with the results of theoretical and scientific-experimental research in the field of pedagogical science, physical education and sports, highlights pedagogical, medical and biological, psychological and social aspects, innovative technologies of training physical culture, training practices of athletes. The collection is intended for graduate students, doctoral students, scientific, pedagogical and scientific and pedagogical workers. Articles are printed in the author's wording.

Editorial Board:

- Andrushchenko V.** Doctor of Philosophy, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, rector of the National Pedagogical Dragomanov University (head of the board);
- Andrushishin B.** Doctor of Historical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Bech V.** Doctor of Philosophy, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Bykovskaya O.** Doctor ped. Sciences, professor (secretary of the Editorial Board); National Pedagogical Dragomanov University
- Bondar V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Bondar V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Drobot I.** Doctor of Historical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Zhaldak M.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Matsko L.** Doctor of Philology, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Padalka O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Sinyov V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Shut M.** Doctor of Sciences (Physics and Mathematics), Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University.

Responsible editor O. Tymoshenko

Editorial board:

- Arefiev V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Arkhipov O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Volkov V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Dubogay O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Medvedeva I.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Priyamak O.** Doctor of Biological Sciences, Professor, Academician of the ANU of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Sushchenko L.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Tymoshenko O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of ANVO of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Putrov S.** Doctor of Philosophy Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Ivanova L.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of ANVO of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Kamaev O.** Doctor of Physical Education and Sports, Professor, KDAFK
- That's A.** Doctor of Physical Education and Sports, Professor, SNU named after L. Ukrainka
- Scratch Yu** Doctor of Physical Education and Sports, Professor, NUFVSU
- Griban G.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Zhytomyr State University named after I. Franko
- Agbei Brahm** Doctor of Philosophy, Professor, Institute of Sports and Physical Education, Tunisia
- Belsky I.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Technical University, Minsk, Belarus
- Gave Stanislav** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Vilnius Pedagogical University, Lithuania
- Ayer Ezhie** Dr. habilitated, Professor, Director of the IFC of Szczecin University, Poland
- Jagiello Vladislav** Doctor of Physical Education and Sports, Professor of the Academy of Fine Arts, Gdansk, Poland

Approved by the decision of the Academic Council of the National Pedagogical Dragomanov University

© Authors of articles, 2019 © National Pedagogical Dragomanov University, 2019

ISSN 2311-2220

The collection is published monthly

ЗМІСТ 11 (119) 2019

1.	<i>Ашрафутдінова В. А., Вихляев Ю.М.</i> ВІДНОВЛЕННЯ РУХЛИВОСТІ СУГЛОБІВ У СПОРТСМЕНІВ ПІСЛЯ ТРАВМ ОРА ЗАСОБАМИ ФІТНЕСУ І ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ.....	9
2.	<i>Бабій І. В., Максимчук Б. А., Малихін А. О., Сивохоп Е. М., Короткіх М. А., Грицун Ю.М., Малаяр Н. С., Максимчук І. А.</i> ІСТОРІНІ ПЕРЕДУМОВИ РОЗВИТКУ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ.....	12
3.	<i>Бадун Т.О., Копочинська Ю. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ ПРИ СПАСТИЧНІЙ ДИПЛЕГІЇ.....	18
4.	<i>Бісмак О.В.</i> РОЛЬ ТА МІСЦЕ ЕРГОТЕРАПІЇ В КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ З НЕВРОПАТІЯМИ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ.....	22
5.	<i>Брюховських І. М., Попадюха Ю. А.</i> ВИКОРИСТАННЯ М'ЯКИХ МАНУАЛЬНИХ ТЕХНІК У ПАЦІЄНТІВ З НЕСТАБІЛЬНІСТЮ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА.....	26
6.	<i>Віндюк П. А., Сапа-Пушкар Л.О.</i> ВИКОРИСТАННЯ КОМПЛЕКСУ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОГО ІШЕМІЧНОГО ІНСУЛЬТУ.....	31
7.	<i>Гакман А. В.</i> ДІАГНОСТИКА САМООЦІНКИ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ТА ЇХ ПОТРЕБА У АКТИВНОСТІ.....	34
8.	<i>Ганчар А. І., Чернявський О. А., Ганчар І. Л.</i> СТАН ПОКАЗНИКІВ НАЛЕЖНГО ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК ПЛАВАННЯ НА 100 М ВІЛЬНИМ СТИЛЕМ СЕРЕД КУРСАНТІВ-МОРЯКІВ НА 1-2 РОКАХ НАВЧАННЯ.....	38
9.	<i>Горбенко О. В., Лисенко А. О.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ-ТАНЦЮРИСТІВ 7-9 РОКІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ХОРЕОГРАФІЇ.....	44
10.	<i>Гулбани Р.Ш., Виничук Я. А.</i> СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ДЕГЕНЕРАТИВНО-ДИСТРОФИЧЕСКОМ ПОРАЖЕНИИ ПОЗВОНОЧНИКА.....	47
11.	<i>Гулбани Р.Ш., Суханова А.С.</i> ПРОФИЛАКТИКА ЛЮМБАЛГИИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ У МУЖЧИН 25-35 ЛЕТ.....	50
12.	<i>Дымова А.Н., Дымов К.В.</i> ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА ЮНОШЕЙ 14-16 ЛЕТ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕЙ.....	54
13.	<i>Дымова А.Н., Дымов К.В.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА СПОРТСМЕНОВ ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИИ В АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕ.....	58
14.	<i>Дрюков О. В., Дрюков В. О.</i> ОЦІНКА І АНАЛІЗ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВУ У СПОРТИВНИХ ОРГАНІЗАЦІЯХ В УКРАЇНІ.....	62
15.	<i>Єлісєєва Д. С.</i> ВПЛИВ ЗАСОБІВ ФЕХТУВАННЯ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНІ ПОКАЗНИКИ СТУДЕНТОК.....	66
16.	<i>Єрьоменко Е.</i> ЗНАЧИМІСТЬ ЦІННОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ДЛЯ СТУДЕНТІВ І КУРСАНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ БОЙОВИМ ХОРТИНГОМ.....	71
17.	<i>Жарова І.О.</i> МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОБУДОВИ ПРОГРАМ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ХВОРИХ ІЗ ХРОНІЧНИМ БРОНХІТОМ.....	79
18.	<i>Зубрицький Б. Д., Павлось Р. М., Павлось Г. В., Зубрицький Я. Я.</i> БАСКЕТБОЛ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ФУНКЦІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ ЗВО НЕФІЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФІЛЮ.....	83
19.	<i>Зюзь В. М., Бабич Т. М., Балухтіна В. В.</i> ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НА ПРОДУКТИВНІСТЬ ПРАЦІ У ТОВ «МЕТІНВЕСТ-ПРОМСЕРВІС».....	87
20.	<i>Іванюта Н. В.</i> РОЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТІ ПРИ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ К БУДУЩЕЙ ПРОФЕСІОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТІ.....	91
21.	<i>Кашуба В. О., Руденко Ю.В., Хабінець Т. О., Ватаманюк С. В., Данильченко В. А.</i> ЕФЕКТИВНІСТЬ ТЕХНОЛОГІЇ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ СТАНУ БІОГЕОМЕТРИЧНОГО ПРОФІЛЮ ПОСТАВИ ЧОЛОВІКІВ ЗРІЛОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ ФІТНЕСОМ.....	94
22.	<i>Копочинська Ю. В.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ТА УМОВИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ.....	101
23.	<i>Корзан Т. І., Боровик Ю. І., Кубрак Я. Д., Рожко О.І.</i> КОРЕГУВАННЯ ПОСТАВИ СТУДЕНТІВ ЗВО ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	104
24.	<i>Корольова М. В.</i> РОЗВИТОК СПОРТИВНОГО ПРАВА У МІЖНАРОДНОМУ СПІВТОВАРИСТВІ ТА В УКРАЇНІ....	108
25.	<i>Котко Д. М., Гончарук Н. Л., Путро Л. М., Левон М. М.</i> ПРО ПОРУШЕННЯ ФУНКЦІЙ АВТОМАТИЗМУ, ЗБУДЖЕННЯ ТА ПРОВІДНОСТІ У СПОРТСМЕНІВ.....	113
26.	<i>Koshcheyev O.</i> SPECIAL PERFORMANCE CONTROL IN TAEKWONDO (POOMSAE).....	119
27.	<i>Кривов'яз К. О., Глиняна О. О.</i> СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З КОМБІНОВАНОЮ ПЛОСКОСТОПІСТЮ.....	122
28.	<i>Кушнірук М. В., Равлюк І. І.</i> РУХОВА АКТИВНІСТЬ СТУДЕНТІВ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ПОКРАЩЕННЯ ЇХ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ.....	125
29.	<i>Максимчук Б. А., Овчарук В. В., Карасевич С. А., Овчарук В. Г., Петришин П. В., Шкірта М. І., Трифан О. М., Максимчук І. А.</i> ПЕДАГОГІЧНА МАЙСТЕРНІСТЬ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК ПРЕДМЕТ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	129

30.	<i>Петрухнов О. Д.</i> ОБҐРУНТУВАННЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ІЗ ХРОНІЧНИМ БРОНХІТОМ В ПЕРІОД РЕКОНВАЛЕСЦЕНЦІЇ.....	134
31.	<i>Пронтенко К. В., Русанівський С. В., Безпалый С. М., Запорожанов О. В., Юр'єв С. О., Штома В. Д., Корнійчук Ю. М.</i> ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВІ ФІЗИЧНІ ЯКОСТІ КУРСАНТІВ – МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	138
32.	<i>Рожков В. О.</i> ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК РІВНЯ РОЗВИТКУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ІЗ ЗМАГАЛЬНИМ РЕЗУЛЬТАТОМ СТРИБУНОК У ВИСОТУ ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	142
33.	<i>Самойлюк О.В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ХЛОПЧИКІВ 7-10 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ І НЕ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ.....	145
34.	<i>Святъев А.В., Симонік А.В., Царенко К.В., Верітов О.І.</i> ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ ДЗЮДОЇСТІВ ЗАСОБАМИ КАРДІОТРЕНУВАННЯ.....	153
35.	<i>Сироватко З. В.</i> ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ У СТУДЕНТІВ ДО СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ.....	159
36.	<i>Скрипка І. М., Гета А. В., Коломієць А. Я.</i> ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ЄДИНОБОРСТВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДОШКІЛЬНИКІВ.....	162
37.	<i>Согоконь О. А., Донець О. В.</i> ІНТЕГРОВАНЕ НАВЧАННЯ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	166
38.	<i>Табінська С. О., Черкашина Л. П.</i> ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ У СПОРТСМЕНІВ-ПАУЕРЛІФТЕРІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	170
39.	<i>Тарасенко Г. С., Максимчук Б. А., Браніцька Т. Р., Демченко І. І., Хмеляр І. М., Пічкур М. О., Трофіменко В. О., Максимчук І. А.</i> ЗДОРОВ'Я СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ: ЧИННИКИ ЙОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ.....	174
40.	<i>Якубовський Д. А., Мамедова В. А., Шабалтун В. М., Івановська О. Є</i> БІЛЬ В ПОПЕРЕКУ ТА ВПЛИВ ЩОДЕННОЇ АКТИВНОСТІ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ НА ЙОГО ПОЯВ - МЕТА- АНАЛІЗ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ.....	179
41.	<i>Мулик В. В., Шестак Ю. С., Окунь Д. О.</i> ВИКОРИСТАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ БОКСЕРСЬКИХ СПОРЯДЖЕНЬ У ЗАГАЛЬНІЙ ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ЮНИХ БОКСЕРІВ 15-16 РОКІВ.....	184

8. Романчук СВ. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних Сил України : [монографія]. Л. : АСВ, 2012. 408 с.
9. Шлямар ІЛ., СВ. Романчук, ЄА. Іщенко. Перевірка й оцінка фізичної підготовленості курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ. Роль фізичної культури і спорту у гармонійному розвитку учнівської та студентської молоді : [зб. наук. пр.]. Івано-Франківськ, 2012. С. 178–186.

Reference

1. Balsevich VK., VA. Zaporozhanov. Physical activity of a person. K.: Health, 1987. 224 p.
2. Borodin YA. Physical training of cadets in higher military educational establishments of engineering-operator profile [monograph]. K.: NPU named after M. P. Dragomanov, 2009. 417 p.
3. Vlasenko NV, Konstatynovska LO., Kyrylenko OI. Pedagogical control of motor activity – a means of directed influence on the physical fitness of students. Materials of scientific-methodical conference "Actual problems of valeological education in educational institutions of Ukraine". Kirovograd, 1991. 245 p.
4. Glazunov SI. Express control of the special physical preparedness of servicemen of mechanized units of the Land Forces: abstract of the dissertation of the candidate of sciences on physical education and sports: [specialty] 24.00.02 "Physical training, physical education of different population groups"; NUFSU. K., 2003. 20 p.
5. Kuts AS. Model indicators of physical development and motor fitness of the population of central Ukraine: Monograph. K.: Iskra, 1993. 255 p.
6. Romanchuk S., Shlyamar I., Klimovich V. Comparative analysis of physical preparedness of land cadets of different specialties. Young Sport Science of Ukraine: [a collection of scientific works in the field of physical education, sports and human health]. [edited by Yevgen Prystupa]. L., 2012; (16) Vol. 2. 166-170.
7. Romanchuk VM. Substantiation of the content and organization of forms of physical training of cadets of higher military educational establishments of technical profile: the dissertation of the candidate of sciences in physical education and sports: [specialty] 24.00.02 "Physical training, physical education of different population groups". Zhytomyr, 2007. 196 p.
8. Romanchuk SV. Physical training of cadets of military educational establishments of the Ground Forces of the Armed Forces of Ukraine: [monograph]. L.: ACS, 2012. 408 p.
9. Shlyamar IL., Romanchuk SV., Ishchenko EA. Inspection and assessment of physical fitness of cadets of military educational establishments of the Land Forces. The role of physical culture and sport in the harmonious development of student and student youth: [collection of scientific papers]. Ivano-Frankivsk, 2012. P. 178–186.

УДК [378.016:796.011.3]:37.013

Максимчук Б. А.

*доктор педагогічних наук, професор кафедри соціальної роботи,
соціальної педагогіки та фізичної культури, Ізмаїльський державний гуманітарний університет*

Овчарук В. В.

*кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання,
Вінницький національний технічний університет*

Карасевич С. А.

*кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри спортивних дисциплін,
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

Овчарук В. Г.

*викладач кафедри фізичного виховання,
Вінницький національний технічний університет*

Петришин П. В.

*старший викладач кафедри природничо-математичної освіти,
Рівненський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти*

Шкірта М. І.

старший викладач кафедри фізичного виховання, Ужгородський національний університет

Трифан О. М.

старший викладач кафедри фізичного виховання, Ужгородський національний університет

Максимчук І. А.

*кандидат педагогічних наук, доцент кафедри
фізичного виховання, спорту та здоров'я людини, Маріупольський державний університет*

ПЕДАГОГІЧНА МАЙСТЕРНІСТЬ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК ПРЕДМЕТ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Актуальність педагогічної діяльності учителя фізичної культури зумовлена значними змінами в сучасному суспільстві. Нове соціальне, економічне, а особливо інформаційне середовище висуває нові вимоги до особистості вчителя, який уже не може бути звичайним ретранслятором знань, умінь і навичок, а є активним і творчим посередником між учнем та його можливостями, між особистістю й перспективою її реалізації в багатомірному світі. Мета будь-якої педагогічної освіти полягає в набутті професійних компетентностей, вершиною яких є досягнення педагогічної майстерності. Мистецтво бути вчителем фізичної культури дуже складне і багатогранне. У своїй

професійній діяльності йому потрібно бути готовим до розв'язання складних педагогічних задач, знаходити вихід з будь-яких ситуацій, володіти професійною компетентністю, педагогічною майстерністю.

Ключові слова: компетентності; фізичне виховання; вища освіта; законодавство України; нормативні документи; державні програми.

Максимчук Б. А., Овчарук В. В., Карасевич С. А., Овчарук В. Г., Петришин П. В., Шкирта М. И., Трифан О. Н., Максимчук И. А. Педагогическое мастерство будущих учителей физической культуры как предмет научных исследований. Актуальность педагогической деятельности учителя физической культуры обусловлена значительными изменениями в современном обществе. Новая социальная, экономическая, особенно информационная среда выдвигает новые требования к личности учителя, который уже не может быть обычным ретранслятором знаний, умений и навыков, а является активным и творческим посредником между учеником и его возможностями, между личностью и перспективой ее реализации в многомерном мире. Цель педагогического образования заключается в приобретении профессиональных компетенций, вершиной которых является достижение педагогического мастерства. Искусство быть учителем физической культуры очень сложное и многогранное. В своей профессиональной деятельности ему нужно быть готовым к решению сложных педагогических задач, находить выход из любых ситуаций, обладать профессиональной компетентностью, педагогическим мастерством.

Ключевые слова: компетентности; физическое воспитание высшее образование; законодательство Украины; нормативные документы; государственные программы.

Maksymchuk B., Ovcharuk V., Karasievych S., Ovcharuk V., Petryshyn P., Shkirta M., Trifan O., Maksymchuk I. Pedagogical skills of future physical education teachers as the focus of this research. Pedagogical activities of physical education teachers are now being prioritized as a result of fundamental changes in a modern society. A new social, economic and especially information environment puts new demands on the personality of the teacher, who can no longer be a mere transmitter of knowledge and becomes an active and creative mediator between the learner and his/her capabilities, between the individual and the prospect of his/her self-realization in a multi-dimensional world. Any pedagogical education implies acquiring professional competencies, which together form pedagogical skills. Indeed, pedagogical skills are the core of the teacher's professional activities, directed precisely at the comprehensive development of the personality, mediated by the teacher's example and efforts, which reveals the subject-subject interaction during the educational process.

The specificity of professional training for future physical education teachers dwells on humanistic philosophy and a hierarchy of values, based on the comprehensive development of the personality. Such specificity lies in the awareness of goals and educational prospects of the teacher's personality and his/her future pupils, namely acquiring knowledge, skills and abilities for physical and intellectual self-improvement, cultural dialogue and integration into a multi-vector information environment. It must be noted that educational and professional activities in the field of physical education contain some adverse factors for the participants in such activities and are associated with high levels of mental tension, stress, responsibility and other factors that put particular demands on physical education teachers. However, society needs a creative and competent educator able to realize his/her potential in the modern system of education. The art of being a physical education teacher is very complex and multi-faceted. It is important to be ready to solve complex pedagogical tasks, solve any situations and have professional competency and pedagogical skills.

Key words: competencies, physical education, higher education, Ukrainian legislation, normative documents, state programmes.

Постановка проблеми. Якщо у кінці ХХ століття більшість науковців сходилися на думці, що освіта – процес передавання й засвоєння знань, умінь та навичок у царині фізичного виховання та загальнолюдського досвіду (загальні й спеціальні знання – уміння навички (ЗУН)), то згодом домінуючим став компетентнісний підхід. Останнім часом він доповнився усвідомленням культуротворчої ролі учителя фізичної культури, зокрема сучасні науковці вважають, що вища освіта в царині фізичної культури є системою накопичення, збереження, передавання й розподілення культурних цінностей з метою забезпечення наступності поколінь, оскільки в практичному плані вища фізкультурна освіта – навчальна і виховна діяльність, що формує певний тип особистості; обсяг загальних і спеціальних знань, одержаних у результаті певного циклу навчання і самоосвіти; це соціальний інститут, що передбачає й забезпечує функціонування системи освітньо-виховних закладів.

В європейських країнах теоретики і практики вищої школи давно дійшли висновку, що вчитель фізичної культури є цементувальною ланкою між здоров'ям, фізичною формою, емоційно-вольовим аспектом особистості учня й суспільством та світовою культурою. Так, Р. Мушкета, який досліджував підготовку вчителів фізичної культури в Польщі до оцінювання навчальних досягнень учнів, услід за відомими польськими педагогами Б. Ходаном та Ж. Жуковською, вказує: «Учитель фізичної культури мусить в межах своїх шкільних і позашкільних функцій у своїй діяльності враховувати не тільки рівень сучасної фізичної культури, а й актуальний рівень цілого суспільства, щоб у своїй конкретній діяльності передбачати його розвиток. У зв'язку з цим на чільне місце виходить його інтеграційна функція, що стосується інтеграції впливів різних середовищ, котрі мають вплив на самого учня. Всі очікування, що виникають зі зв'язку поміж суспільством і активною

особистістю вчителя, знаходять своє відображення у вимогах щодо профілю вчителя фізичної культури в процесі його навчання [1].

Аналіз актуальних досліджень. Загальні питання специфіки професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, особливості діяльності вчителів фізичної культури та перспективи її оптимізації вивчалися багатьма науковцями, як [2-11].

Автори цих досліджень підкреслюють, що професійна діяльність учителя фізичної культури відрізняється від інших педагогічних спеціальностей і вимагає набагато більшої уваги, сконцентрованості, відповідальності. Так, учитель фізичної культури має одночасно контролювати стан, переміщення та безпеку всіх учнів класу на великій площі, вміти адаптуватися й адаптовувати дітей до ситуацій, що різко змінюються (ігрові, навчальні, погодні, фізичні); забезпечувати дітей від одержання травм, перенавантажень; на тлі фізичних вправ, ігор і тренувань постійно транслювати загальнолюдські, культурні, педагогічні цінності, вміло стимулюючи різні аспекти розвитку учня.

Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури як предмету наукових досліджень.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз і синтез літературних джерел, порівняння, систематизація, узагальнення, абстрагування, гіпотетико-дедуктивний, індивідуалізація, класифікація, аналогії.

Виклад основного матеріалу. Увесь цей діапазон складних і, фактично, стресогенних для вчителя факторів наводить на висновок, здійснений В. Папучою: «якісна професійна діяльність вчителя фізичної культури в сучасних умовах є з економічної точки зору неадекватно оціненою, фізично й психологічно виснажливою, з великим «індексом непередбачуваності» та значним «професійно-деформуючим» потенціалом» [12].

З іншого боку, освіта, як і інші сфери діяльності та форми суспільної свідомості, регламентується законами України, проте фізична культура як навчальна дисципліна спирається на різногалузеві закони: освітнього напрямку, загального розвивального й напрямку фізкультури і спорту.

Так, із 29 січня 1994 року діє прийнятий Верховною радою України Закон України «Про фізичну культуру і спорт», до якого було внесено зміни від 28 грудня 2014 року. В ньому закладено правове, економічне, організаційне та суспільне підґрунтя й умови для діяльності й розвитку в галузі ФКіС. Стаття 26 цього закону визначає особливості впровадження фізичної культури у сфері освіти: «Фізична культура у сфері освіти має на меті забезпечити розвиток фізичного здоров'я учнів та студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних здібностей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя, професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів та форм фізичного виховання і масового спорту, безперервності цього процесу протягом усього життя» (Закон України Про фізичну культуру і спорт). При цьому зазначається, що в сфері освіти фізична культура впроваджується, з одного боку, на основі освітніх Державних стандартів і нормативів, з іншого, – з урахуванням індивідуальних потреб, можливостей учнів і студентів, рівня їхнього розвитку.

У Національній доктрині розвитку освіти зазначається: «Держава разом із громадськістю сприяє збереженню здоров'я учасників навчально-виховного процесу, залученню їх до занять фізичною культурою і спортом, недопущенню будь-яких форм насильства в навчальних закладах, а також проведенню та впровадженню в практику результатів міжгалузевих наукових досліджень з проблем зміцнення здоров'я, організації медичної допомоги дітям, учням і студентам, якісному медичному обслуговуванню працівників освіти, пропаганді здорового способу життя та вихованню культури поведінки населення».

У «Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту в Україні» (1994 р.) пріоритетом масового впровадження ФКС визначено фізкультурно-оздоровчу діяльність, фізичне виховання й фізичну підготовку до служби у Збройних силах України.

У «Концепції фізичного виховання в системі освіти України», прийнятій у 1997 р., визначено стандарти впровадження фізичної культури в освітніх закладах, включаючи принципи здорового способу життя, рівень фізичної підготовки, володіння методами й формами впровадження фізичної культури в навчальний процес, фізичного виховання молоді тощо. На основі цієї концепції ВНЗ формують навчальні плани, добирають форми і методи навчання й виховання.

1 вересня 1998 року затверджено Цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров'я нації», в якій диференційовані поняття «фізична освіта» та «фізичне виховання». Зокрема, в цій програмі вказано: «Фізичне виховання у навчально-виховній сфері як складова частина загальної системи освіти має закласти основи забезпечення та розвитку фізичного і морального здоров'я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя і професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів і форм фізичного удосконалення, безперервності цього процесу тощо». Окремо зазначено, що позанавчальними закладами має втілюватися «фізична освіта», яка полягає у «сприяттві формуванню традицій і культури здорового способу життя, престижу здоров'я, залученню громадян до активних занять фізичною культурою і спортом» (Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації»).

У 2002 році прийнято Національну доктрину фізичної культури і спорту, що визначає особливості підготовки вчителів фізичної культури. В цьому документі уточнено, що «кадрове забезпечення розвитку фізичної культури і спорту включає систему безперервної освіти, яка передбачає професійну орієнтацію, підготовку, підвищення кваліфікації та перепідготовку кадрів. Держава шляхом стандартизації освіти встановлює взаємоузгоджені вимоги до змісту, обсягу й якості вищої освіти, що визначаються загальною метою освітньої і професійної підготовки кадрів для сфери фізичної культури і спорту. Для ефективного використання фінансових ресурсів і забезпечення конкурентоспроможності на ринку праці фахівців

з фізичної культури і спорту держава здійснює оптимізацію мережі вищих навчальних закладів, де проводиться підготовка таких фахівців [13]. Отже, фізичне виховання є не тільки складовою освіти, а однією з провідних концепцій існування демократичної держави.

Узагальнюючи ключові завдання, проголошені Цільовою комплексною програмою «Фізичне виховання – здоров'я нації» та Національною доктриною розвитку освіти України в XXI столітті, Т. Кравчук (2004) резюмує: головне завдання освіти – «виховання гармонійно розвиненої, морально й фізично здорової особистості, що відповідально ставиться до власного здоров'я і здоров'я інших як до найвищої індивідуальної і державної цінності» [14].

У світлі вищесказаного специфіка професійної підготовки майбутнього учителя фізичної культури набуває особливої ваги, оскільки він, учитель, разом з батьками й лікарями, відповідальний за превентивні заходи щодо збереження здоров'я й розвитку фізичних, а також пов'язаних з ними моральних, вольових і духовних якостей. Указана специфіка розглядається вітчизняними науковцями, як правило, з погляду оптимізації, реформування й розширення своїх функцій, тому вона має складатися з перевірених практикою традиційних форм і методів, цінностей і здобутків фізичної культури і спорту, а з іншого боку – новаторських, пов'язаних з творчим, індивідуальним, особистісним підходом з використанням інноваційних технологій, серед яких – проектування, інтерактивні, креативні, комунікативні техніки. Ці положення стосуються як підготовки майбутнього вчителя фізичної культури, так і фізичного виховання учня середньої школи.

Україна вже понад десять років упроваджує європейські принципи освіти, котра, починаючи з 90-х років XX століття виробляє нові принципи інтелектуального та фізичного розвитку учнів. Ці принципи пов'язані з розвитком постколоніального та постіндустріального суспільства, потребою подолати консерватизм та авторитаризм попередньої класно-урочної системи, переоцінкою цінностей, особистісно-центричними тенденціями в гуманітарних науках і суспільстві тощо. Наразі кожна держава шукає шляхи власної реалізації фізичного виховання: «Створення Європейського Союзу, який об'єднає 28 держав, передбачає тісну співпрацю між ними у галузях економіки, політики, культури, освіти дітей та молоді. Цей процес охоплює також інтеграцію систем фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл. Однак реалізація цієї ініціативи викликає значні труднощі. Справа в тому, що у кожній країні є свої національні підходи (концепції) щодо організації та змісту фізичного виховання школярів» [13, с. 16].

1. Європейське Товариство Фізичного Виховання, починаючи з 1990 року, об'єднує понад тридцять європейських держав для обміну досвідом та вироблення спільної стратегії покращення системи фізичного виховання в навчальних закладах. У рамках діяльності Товариства на початку 1990-х років ухвалено Декларацію, за якою фізичне виховання визнано однією з основних навчальних дисциплін у закладах всіх типів, визначено мінімальні обсяги навантаження школярів і студентів з цієї дисципліни, розроблено програму взаємодії між науковими й навчальними установами та урядами країн тощо.

Отже, основними нормативними документами, що регламентують цілі, зміст, форми і методи середньої та вищої освіти у галузі фізичного виховання є Закони України «Про вищу освіту» (2014); «Про фізичну культуру і спорт» (зі змінами від 28 грудня 2014 року), Національна доктрина розвитку освіти, Концепція фізичного виховання в системі освіти України, Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні, Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». Загальною концепцією і юридичною метою цих документів є забезпечення фізичного розвитку та здоров'я учнів і студентів, формування цілісного підходу до розвитку особистості, фізичний, психологічний та інтелектуальний розвиток, індивідуальний підхід, забезпечення розвитку здібностей, можливостей та потреб, досягнення масовості й популяризації ФКС серед населення для всіх вікових категорій.

Висновки. Специфіка підготовки майбутнього вчителя фізичної культури базується на гуманістичній філософії й ієрархії цінностей, в основі яких лежить гармонійний усебічний розвиток особистості. Така специфіка полягає в усвідомленні цілей і перспектив освіти особистості вчителя та його майбутніх вихованців – набуття знань, умінь і навичок, здатності до фізичного й духовного самовдосконалення, культурного діалогу й інтеграції в багатовекторне інформаційне середовище. Також важливо зазначити, що навчальна й професійна діяльність у сфері фізичної культури містить деструктивні фактори для суб'єктів такої діяльності та пов'язана з високим рівнем психічного навантаження, стресогенності, відповідальності й інших чинників, що ставлять особливі вимоги до вчителя фізичної культури. Водночас нині суспільство чекає на творчого, компетентного педагога, здатного мобілізувати свій особистісний потенціал в сучасній системі навчання, виховання і розвитку.

Мистецтво бути вчителем фізичної культури дуже складне і багатогранне. У своїй професійній діяльності йому потрібно бути готовим до розв'язання складних педагогічних задач, знаходити вихід з будь-яких ситуацій, володіти професійною компетентністю, педагогічною майстерністю.

Література

1. Мушкета Р. Підготовка вчителів фізичного виховання у польщі до оцінювання навчальних досягнень учнів. Дис...канд. пед. наук. – 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Радослав Мушкета. – Тернопіль, 2006. – 553 с.
2. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Людмила Петрівна Сущенко. – К., 2003. – 45 с.
3. Тимошенко О. В. Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури вищих навчальних закладах. Дис...докт. пед. наук. – 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Олексій Валерійович Тимошенко. – К., 2009. – 585 с.

4. Bakhmat, N., Maksymchuk, B., Voloshyna, O., Kuzmenko, V., Matviichuk, T., Kovalchuk, A. ... Maksymchuk, I. (2019). Designing cloud –oriented university environment in teacher training of future physical education teachers. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1323–1332.
5. Behas, L., Maksymchuk, B., Babii, I., Tsymbal –Slatvinska, S., Golub, N., Golub, V. ... Maksymchuk, I. (2019). The influence of tempo rhythmic organization of speech during gaming and theatrical activities on correction of stammering in children. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1333–1340.
6. Bezliudnyi O., Kravchenko O., Maksymchuk B., Mishchenko M., Maksymchuk, I. (2019) Psycho –correction of burnout syndrome in sports educators (2019). *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (3), Art 230 pp. 1585.
7. Halaidiuk, M., Maksymchuk, B., Khurtenko, O., Zuma, I., Korytko, Z., Andrieieva, R. ... Maksymchuk, I. (2018). Teaching approaches in extracurricular physical activities for 12 –14 –year –old pupils under environmentally unfavourable conditions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (4), 2284–2291.
8. Maksymchuk, I., Maksymchuk, B., Frytsiuk, V., Matviichuk, T., Demchenko, I., Babii, I. ... Savchuk, I. (2018). Developing pedagogical mastery of future physical education teachers in higher education institutions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (2), 810–815.
9. Melnyk, N., Bidyuk, N., Kalenskyi, A., Maksymchuk, B., Bakhmat, N., Matvienko, O. ... Maksymchuk, I. (2019). Models and organizational characteristics of preschool teachers' professional training in some EU countries and Ukraine. *Збірник Інститута за педагогіка істраживања*, 51 (1), 46–93.
10. Sheremet M., Leniv Z., Loboda V., Maksymchuk B. (2019) The development level of smart information criterion for specialists' readiness for inclusion mplementation in education (2019). *Information Technologies and Learning Tools*, 72, 273 – 285. Єфіменко П. Б. Педагогічні умови забезпечення різнорівневої професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / П. Б. Єфіменко. – Х., 2003. – 19 с.
11. Sitovskiy A., Maksymchuk B., Kuzmenko V., Nosko Y., Korytko Z., Bahinska O. ... Maksymchuk, I. (2019). Differentiated approach to physical education of adolescents with different speed of biological development (2019). *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.19 (3), Art 222, pp. 1532 – 1543.
12. Папуча В. М. Формування педагогічної майстерності майбутнього вчителя фізичного виховання в процесі фахової підготовки. Дис...канд. пед. наук. – 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Володимир Миколайович Папуча. – Запоріжжя – 2010. 272 с.
13. Максимчук І. Розвиток педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури в процесі професійної підготовки. Дис...канд. пед. наук. – 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Ірина Максимчук. – Хмельницький, 2017. – 268 с.
14. Кравчук Т. М. Педагогічна підготовка майбутніх учителів фізичного виховання у вищих педагогічних навчальних закладах України (20 –80 рр. XX ст.) : дис. на здоб. наук. ступеня канд. пед. наук за спец. 13.00.01 – заг. пед. та іст. пед. / Т. М. Кравчук ; М –во освіти і науки України, ХНПУ ім. Г. С. Сковороди. – Х. : Б.в., 2004. – 278 с.

Reference

1. Mushketa, R. (2006). Preparing physical education teachers to evaluate student attainment in Poland. (PhD thesis). Volodymyr Hnatiuk Ternopil National Pedagogical University, Ternopil.
2. Sushchenko, L. P. (2003). Theoretical and methodological principles of professional training for future specialists in physical education and sport in higher educational institutions. (Abstract of postdoctoral thesis). M. P. Drahomanov National Pedagogical University, Kyiv.
3. Tymoshenko, O. V. (2009). Theoretical and methodological principles for optimizing professional training of physical education teachers in higher education institutions. (Postdoctoral thesis). M. P. Drahomanov National Pedagogical University, Kyiv. Bakhmat, N., Maksymchuk, B., Voloshyna, O., Kuzmenko, V., Matviichuk, T., Kovalchuk, A. ... Maksymchuk, I. (2019). Designing cloud –oriented university environment in teacher training of future physical education teachers. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1323–1332.
4. Bakhmat, N., Maksymchuk, B., Voloshyna, O., Kuzmenko, V., Matviichuk, T., Kovalchuk, A. ... Maksymchuk, I. (2019). Designing cloud –oriented university environment in teacher training of future physical education teachers. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1323–1332.
5. Behas, L., Maksymchuk, B., Babii, I., Tsymbal –Slatvinska, S., Golub, N., Golub, V. ... Maksymchuk, I. (2019). The influence of tempo rhythmic organization of speech during gaming and theatrical activities on correction of stammering in children. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1333–1340.
6. Bezliudnyi O., Kravchenko O., Maksymchuk B., Mishchenko M., Maksymchuk, I. (2019) Psycho –correction of burnout syndrome in sports educators (2019). *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (3), Art 230 pp. 1585.
7. Halaidiuk, M., Maksymchuk, B., Khurtenko, O., Zuma, I., Korytko, Z., Andrieieva, R. ... Maksymchuk, I. (2018). Teaching approaches in extracurricular physical activities for 12 –14 –year –old pupils under environmentally unfavourable conditions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (4), 2284–2291.
8. Maksymchuk, I., Maksymchuk, B., Frytsiuk, V., Matviichuk, T., Demchenko, I., Babii, I. ... Savchuk, I. (2018). Developing pedagogical mastery of future physical education teachers in higher education institutions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (2), 810–815.

9. Melnyk, N., Bidyuk, N., Kalenskyi, A., Maksymchuk, B., Bakhmat, N., Matvienko, O. ... Maksymchuk, I. (2019). Models and organizational characteristics of preschool teachers' professional training in some EU countries and Ukraine. *Збірник Інститута за педагогіку істраживања*, 51 (1), 46–93.
10. Sheremet M., Leniv Z., Loboda V., Maksymchuk B. (2019) The development level of smart information criterion for specialists' readiness for inclusion implementation in education (2019). *Information Technologies and Learning Tools*, 72, 273 – 285.
11. Sitovskiy A., Maksymchuk B., Kuzmenko V., Nosko Y., Korytko Z., Bahinska O. ... Maksymchuk, I. (2019). Differentiated approach to physical education of adolescents with different speed of biological development (2019). *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.19 (3), Art 222, pp. 1532 – 1543.
12. Papucha, V. M. (2010). Forming pedagogical skills of future physical education teachers during professional training. (PhD thesis). Classical Private University, Zaporizhzhia.
13. Maksymchuk, I. (2017). Developing pedagogical skills of future physical education teachers during professional training. (PhD thesis). Khmelnytskyi National University, Khmelnytskyi.
14. Kravchuk, T. M. (2004). Pedagogical training of future physical education teachers in higher pedagogical educational institutions in Ukraine (during the 1920s –80s). (PhD thesis). Hryhorii Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Kharkiv.

УДК 616.233-002/796.012.41

Петрухнов О.Д.
*старший викладач кафедри фізичної реабілітації,
спортивної медицини з курсом фізичного виховання та здоров'я
Харківського національного медичного університету, м. Харків*

ОБҐРУНТУВАННЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ІЗ ХРОНІЧНИМ БРОНХІТОМ В ПЕРІОД РЕКОНВАЛЕСЦЕНЦІЇ

У роботі представлено аналіз та синтез сучасних джерел інформації стосовно зростання захворюваності дихальної системи серед студентів, а саме провідне місце займає хронічний бронхіт. За результатами констатувального експерименту для студентів із хронічним бронхітом було складено комплексну програму фізичної реабілітації для застосування в період реконвалесценції з урахування періодів одужання. В період клінічного одужання призначали щадно-тренувальний руховий режим 10-14 днів, складовими базового компоненту є ранкова гігієнічна гімнастика, звукова гімнастика, поверхневе дихання з елементами міорелаксації й аутотренінгу за методикою О.В. Пешкової, небулайзерна терапія з декасаном, лікувальний масаж. Варіативний компонент програми передбачав призначення різновидів ходьби та бігу, при комбінації перестановок рухів рук. В період біологічного одужання призначали тренувальний руховий режим - 15-25 днів, додавали заняття на тренажерах за вибором студентів. Особливістю фізичної реабілітації є не тільки ранній початок, але і призначення з перших днів періоду реконвалесценції комплексу засобів фізичної реабілітації, які позитивно впливають на дихальну систему, підвищують ефективність лікування, покращують самопочуття та психоемоційний стан студентів.

Ключові слова: студенти, хронічний бронхіт, період реконвалесценції, кінезітерапія, ходьба.

Петрухнов А.Д. Обоснование экспериментальной программы физической реабилитации студентов с хроническим бронхитом. В работе представлен анализ и синтез современных источников информации относительно роста заболеваемости дыхательной системы среди студентов, а именно ведущее место занимает хронический бронхит. За результатами констатирующего эксперимента для студентов с хроническим бронхитом была составлена комплексная программа физической реабилитации для применения в период реконвалесценции с учетом периодов выздоровления. В период клинического выздоровления назначали щадяще-тренировочный двигательный режим 10-14 дней, составляющими базового компонента была утренняя гигиеническая гимнастика, звуковая гимнастика, поверхностное дыхание с элементами миорелаксации и аутотренинга по методике О.В. Пешковой, небулайзерная терапия с декасаном, лечебный массаж. Вариативный компонент программы предусматривал назначение разновидностей ходьбы и бега, при комбинации перестановок движений рук. В период биологического выздоровления назначали тренировочный двигательный режим - 15-25 дней, добавляли занятия на тренажерах по выбору студентов. Особенностью физической реабилитации является не только раннее начало, но и назначения с первых дней периода реконвалесценции комплекса средств физической реабилитации, которые положительно влияют на дыхательную систему, повышают эффективность лечения, улучшают самочувствие и психозмоциональное состояние студентов.

Ключевые слова: студенты, хронический бронхит, период реконвалесценции, кинезитерапия, ходьба.

Petrukhnov A.D. Justification of the experimental program of physical rehabilitation of students with chronic bronchitis. The work presents the analysis and synthesis of modern sources of information on the increase in respiratory disease among students, namely, the leading place is chronic bronchitis. The disease has a frequency, that is, periods of aggravation are replaced by periods of remission. The aim of the work was to scientifically substantiate the content of a comprehensive program of