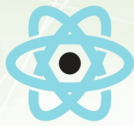


ISSN 2524-0986



iScience™

АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

ЖУРНАЛ

Выпуск 4(36)

Часть 6

**Переяслав-Хмельницкий
2018**



АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

**ВЫПУСК 4(36)
Часть 6**

Апрель 2018 г.

ЖУРНАЛ

**Выходит –12 раз в год (ежемесячно)
Издается с июня 2015 года**

Включен в наукометрические базы:

РИНЦ http://elibrary.ru/title_about.asp?id=58411

Google Scholar

<https://scholar.google.com.ua/citations?user=JP57y1kAAAAJ&hl=uk>

Бібліометрика української науки

http://nbuviap.gov.ua/bpnu/index.php?page_sites=journals

Index Copernicus

<http://journals.indexcopernicus.com/++++,p24785301,3.html>

Переяслав-Хмельницький

УДК 001.891(100) «20»

ББК 72.4

A43

Главный редактор:

Кокур В.П., доктор исторических наук, профессор, академик Национальной академии педагогических наук Украины

Редколлегия:

Базалук О.А.

д-р филос. наук, профессор (Украина)

Доброскок И.И.

д-р пед. наук, профессор (Украина)

Кабакбаев С.Ж.

д-р физ.-мат. наук, профессор (Казахстан)

Мусабекова Г.Т.

д-р пед. наук, профессор (Казахстан)

Смирнов И.Г.

д-р геогр. наук, профессор (Украина)

Исак О.В.

д-р социол. наук (Молдова)

Лю Бинцян

д-р искусствоведения (КНР)

Тамулет В.Н.

д-р ист. наук (Молдова)

Брынза С.М.

д-р юрид. наук, профессор (Молдова)

Мартынюк Т.В.

д-р искусствоведения (Украина)

Тихон А.С.

д-р мед. наук, доцент (Молдова)

Горашенко А.Ю.

д-р пед. наук, доцент (Молдова)

Алиева-Кенгерли Г.Т.

д-р филос. наук, профессор (Азербайджан)

Айдосов А.А.

д-р техн. наук, профессор (Казахстан)

Лозова Т.М.

д-р техн. наук, профессор (Украина)

Сидоренко О.В.

д-р техн. наук, профессор (Украина)

Егиазарян А.К.

д-р пед. наук, профессор (Армения)

Алиев З.Г.

д-р аграрных наук, профессор, академик (Азербайджан)

Партоев К.

д-р с.-х. наук, профессор (Таджикистан)

Цибулько Л.Г.

д-р пед. наук, доцент, профессор (Украина)

Баймухамедов М.Ф.

д-р техн. наук, профессор (Казахстан)

Хеладзе Н.Д.

канд. хим. наук (Грузия)

Таласпаева Ж.С.

канд. филос. наук, профессор (Казахстан)

Чернов Б.О.

канд. пед. наук, профессор (Украина)

Мартынюк А.К.

канд. искусствоведения (Украина)

Воловык Л.М.

канд. геогр. наук (Украина)

Ковальська К.В.

канд. ист. наук (Украина)

Амрахов В.Т.

канд. экон. наук, доцент (Азербайджан)

Мкртчян К.Г.

канд. техн. наук, доцент (Армения)

Стати В.А.

канд. юрид. наук, доцент (Молдова)

Бугаевский К.А.

канд. мед. наук, доцент (Украина)

Цибулько Г.Я.

канд. пед. наук, доцент (Украина)

Актуальные научные исследования в современном мире // Журнал - Переяслав-Хмельницкий, 2018. - Вып. 4(36), ч. 6 – 170 с.

Языки издания: українська, русский, english, polski, беларуская, қазақша, o'zbek, limba română, кыргыз тили, Հայերէն

Сборник предназначен для научных работников и преподавателей высших учебных заведений. Может использоваться в учебном процессе, в том числе в процессе обучения аспирантов, подготовки магистров и бакалавров в целях углубленного рассмотрения соответствующих проблем. Все статьи сборника прошли рецензирование, сохраняют авторскую редакцию, всю ответственность за содержание несут авторы.

УДК 001.891(100) «20»

ББК 72.4

A43

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ: ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ

Kasumbekova Saule Ilyasovna, Siroka Larisa Anatolyevna Bekbergenova Ryskul Shyngysbaykzyzy, Rakhimova Bayan Askarbovna (Almaty, Republic of Kazakhstan) MANAGEMENT OF TEAM MOTIVATION DURING FORMATION OF SELF – ORGANIZING COMMAND.....	6
Абрамов Сергій Анатолійович (Київ, Україна) ЗНАЧЕННЯ ТЕСТУВАННЯ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ.....	12
Бекбергенова Рыскуль Шынгысбайкызы, Сирока Лариса Анатольевна, Рахимова Баян Аскарбековна, Келдосов Елдос Ерланович (Алматы, Республика Казахстан) ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ.....	17
Бойко Ганна Леонідівна (Київ, Україна) КОМПЛЕКСНА ПРОГРАМА ОЗДОРОВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ, ЯКА МАЄ ФАКТОРИ РИЗИКУ ЗАХВОРЮВАНOSTІ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ.....	21
Бутенко Галина Олександрівна, Рой Іван Сергійович (Глухів, Україна) ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТАЦІЙНО-РЕЗЕРВНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	26
Гамов В'ячеслав Георгійович, Гайдай Світлана Іванівна, Приходько Віталій Миколайович, Ковальова Анастасія Олександрівна (Київ, Україна) ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ТЕСТУВАННЯ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	31
Добровольський Володимир Едвардович (Київ, Україна) ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА ЗАНЯТТЯХ З ГІМНАСТИКИ.....	35
Касымбекова Сауле Ильясовна, Джамалов Джалал Джамалович, Кондратенко Светлана Анатольевна, Курбанов Шухрат Шерипжанович (Алматы, Казахстан) СПОРТ И ЗДОРОВЬЕ.....	38
Коледенко Светлана Ананьевна (Киев, Украина) СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	42
Курілова Валентина Іванівна, Пустойт Петро Андрійович, Корнієнко Тетяна Миколаївна, Гердт Марина Валеріївна (Глухів, Україна) ЕФЕКТИВНІСТЬ РОБОТИ ШКІЛЬНОЇ СЕКЦІЇ ЗАГАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ПОКРАЩЕННІ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ.....	47
Лускань Олег Юрійович (Київ, Україна) ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ЩОДО ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВІЗ.....	52

УДК 796.41

Добровольський Володимир Едвардович
Національний технічний університет України
«Київський Політехнічний Інститут» ім. Ігоря Сікорського
(Київ, Україна)

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА ЗАНЯТТЯХ З ГІМНАСТИКИ

Анотація: у даній роботі розглядаються методи організації навчального процесу з гімнастики для підвищення ефективності занять та оволодіння навичками.

Ключові слова: фізичне виховання, гімнастика, організація, методи, рівень фізичної підготовленості, техніка виконання, послідовність навчання.

Аннотация: В данной работе рассматриваются методы организации учебного процесса по гимнастике для повышения эффективности занятий и овладения навыками.

Ключевые слова: физическое воспитание, гимнастика, организация, методы, уровень физической подготовки, техника выполнения, последовательность обучения.

Dobrovolskyi Volodymyr Edvardovych
National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Politechnic Institute"
(Kyiv, Ukraine)

FEATURES OF THE ORGANIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS ON GYMNASTICS

Abstract: in this work the methods of organization of the educational process in gymnastics are considered for increasing the efficiency of occupations and mastering of skills.

Keywords: physical education, gymnastics, organization, methods, level of physical preparedness, technique of execution, sequence of training.

По результатам опитувань студентів НТУУ «КПІ», учнів ПЛ НТУУ «КПІ» фізичною культурою і спортом займаються 10-12%, дома самостійно займаються ще 5%. В той час, коли в економічно розвинених країнах світу цей показник досягає 40-60% [1. с. 93].

Рівень здоров'я населення погіршився через зниження рівня життя і якості харчування, умови навчання і відпочинку, погіршення стану навколишнього середовища, великої кількості стресів, зниження рівня фізичної підготовки і фізичного розвитку і, як наслідок - низький рівень фізичної підготовки, не сформовані життєво необхідні навички, низька мотивація до занять з фізичного виховання.

Хотілось би, щоб фізичному вихованню відводилось більше часу в підготовці студентів ВНЗ, так як заняття сприяють працездатності, впливаючи

на розумову діяльність людини і надають оздоровчий і виховний вплив на розвиток людства.

Можна стати найвидатнішим спортсменом, отримуючи спеціальність інженера, техника, юриста або агронома, бібліотекаря або журналіста. Можливо «йти на інженера, йти на доктора», але спорт завжди говорить справжньому спортсмену: тобі потрібно бути добрим інженером, чудовим лікарем, талановитим журналістом [2. с. 24].

Студенти, особливо юнаки, недооцінюють роль формування рухових вмінь і навичок і не хочуть дотримуватись послідовності навчання вправ з гімнастики, яка допомагає за короткий час їх вивчити.

Для вдосконалення процесу засвоєння елементів руху необхідно вивчити та на практиці враховувати відтворення вивченого у тих, хто займається.

Для ефективності організації навчального процесу потрібно визначити як це виконати швидко та ефективно на початку навчальних занять зі студентами, які не мають достатнього рухового досвіду. Залежно від задач заняття, численності студентів та їх фізичної підготовки, заняття може бути організовано різними способами.

Під час розучування доцільно застосовувати фронтальний спосіб виконання. Цей спосіб дуже ефективний, особливо при проведенні акробатичних, підготовчих та підвідних вправ.

Використання фронтального способу істотно підвищує щільність уроку, а також організує та дисциплінує студентів. Під час виконання вправ важливо залучати допомогу студентів один одному.

Груповий спосіб організації заняття – найбільш розповсюджений. Він дозволяє збільшити кількість виконаних вправ. При груповому методі навчання студенти стають більш уважними і краще запам'ятовують правильне виконання рухів (положення рук, ніг, направлення, темп, ритм).

При розподілі студентів на групи має враховуватися рівень фізичної та функціональної підготовленості для яких виконання завдань є диференційним.

Наприклад: Техніка виконання.

Переворот вправо виконується зі стійки на лівій, права вперед донизу, руки вгору долонями уперед, обличчям у напрямку руху. Широким кроком правою швидко нахилити тулуб і, згинаючи праву, поставити праву руку вперед на одній лінії з правою ногою, пальцями вправо. Після того без зупинки, махом лівої і поштовхом правої, послідовно спираючись руками, пройти через стійку на руках, ноги нарізно. Почергово відштовхуючись руками і опускаючи ноги, стати в стійку ноги нарізно, руки в сторони (правим боком у напрямку руху).

Послідовність навчання.

1. З упору стоячи на лівій, праву назад – випрямитися з поворотом направо на 90°, стати в стійку ноги нарізно, руки в сторони.

2. Сійка руки вгору, обличчям до гімнастичної лави на відстані 1 м, - переворот боком переступаючи через лаву в стійку ноги нарізно, руки в сторони.

3. Сійка руки вгору, обличчям до гімнастичного містка – переворот боком з опорою руками на верхню частину гімнастичного містка.

4. Переворот боком з допомогою.

5. Переворот боком самостійно [3. с. 211].

Для підвищення ефективності проведення занять необхідно використовувати комплексний підхід до застосування цих методів. Комплексне застосування цих методів значно покращує запам'ятовування, зберігання та відтворення вивченого.

Висновок:

1. Комплексне застосування методів організації заняття буде сприяти підвищенню ефективності оволодіння навичками на заняттях з гімнастики.

2. При формуванні навичок необхідно враховувати рівень фізичної на функціональної підготовленості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Беляков А.В., Физкультура и спорт как необходимые педагогические условия формирования представлений о ценностном отношении к здоровью подросткового поколения // Весник Владимирского юридического института – 2008.-№4;
2. Латынина Л.С. Равновесие. Изд. 2-е. М., «молодаягвардия», 1975.
3. Арефьев В. Г. Теорія викладання гімнастики: підручник/ В. Г. Арефьев, В. Г. Шегімага І. А Терещенко. – (4-те, доп., перероб.) – Київ: ТОВ «Інтер Логістік Україна» 2016. – 330 с.
4. Круцевич Т. Ю. Принципи побудови занять у процесі фізичного виховання / Т. Ю. Круцевич // Теорія і практика фізичного виховання. – 2010.
5. Худолій О. М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: навч. посіб. – Х. ОВС, 2007.

АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Апрель 2018 г.

ВЫПУСК 4(36)

Часть 6

Ответственность за новизну и достоверность результатов научного
исследования несут авторы

Ответственный за выпуск: Водяной О.
Дизайн и верстка: Вовкодав А.

Учредитель: ОО "Институт социальной трансформации"
свидетельство о государственной регистрации №1453789 от 17.02.2016 г.

Подписано к печати 5.05.2018.
Формат 60х84 1/16.
Тираж 300 шт. Заказ №042
Изготовитель: ФЛП "Кравченко Я.О."
свидетельство о государственной регистрации В01 №560015
Адрес: 03039, Украина, Киев, просп. В. Лобановского, 119
тел. +38 (044) 561-95-31

Адрес ред. коллегии:
08400, Украина, Киевская обл., г. Переяслав-Хмельницкий,
ул. Богдана Хмельницкого, 18
тел.: +38 (063) 5881858
сайт: <http://iscience.in.ua>
e-mail: iscience.in.ua@gmail.com

