

ISSN 2524-0986



iScience

АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

ЖУРНАЛ

Выпуск 1(33)
Часть 3

Переяслав-Хмельницкий
2018



АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

ВЫПУСК 1(33)
Часть 3

Январь 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:

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

Редколлегия:

Базалук О.А.	д-р филос. наук, профессор (Украина)
Боголиб Т.М.	д-р экон. 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 Бинцянь	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)
Таласпаева Ж.С.	канд. филол. 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)

Актуальные научные исследования в современном мире // Журнал - Переяслав-Хмельницкий, 2018. - Вып. 1(33), ч. 3 – 167 с.

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

Журнал 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

Курілова Валентина Іванівна, Бурма Юрий Борисович (Глухів, Україна) РОЛЬ СПОРТИВНО-МАСОВОЇ РОБОТИ В ПОЛІПШЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	79
Гаврилова Наталія Євгенівна (Київ, Україна) ФІТНЕС ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	84
Новікова Ірина Василівна (Київ, Україна) ЗАСТОСУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	90
Самоленко Тетяна Володимирівна, Апайчев Олександр Валентинович (Київ, Україна) ВИСТУП УКРАЇНСЬКИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ НА ЮНАЦЬКИХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГРАХ U18.....	95
Сиротинська Олена Каленівна (Київ, Україна) ЕТАПИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЧНОЮ ГІМНАСТИКОЮ.....	99
Сичов Сергій Олександрович (Київ, Україна) ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСОБИ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ПОСТІНСУЛЬТНИХ ПАЦІЄНТІВ.....	104
Курілова Валентина Іванівна, Стельмах Дмитро Васильович (Глухів, Україна) РОЛЬ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У РОЗВИТКУ ГНУЧКОСТІ ХРЕБТА ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ.....	108
Федорчук Светлана Владимировна, Лысенко Елена Николаевна (Киев, Украина) ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ ОПТИМАЛЬНОГО ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ- ТЕННИСИСТОВ.....	113
Черевичко Олександр Геннадійович (Київ, Україна) СТАН ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ НТУУ «КПІ імені ІГОРЯ СІКОРСЬКОГО».....	120
Яременко Олег Миколайович (Київ, Україна) ПСИХОФІЗИЧНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ В СИСТЕМІ ЇХ ВІДБОРУ ДЛЯ ЗАНЯТЬ БАСКЕТБОЛОМ. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ.....	124
Яременко Олег Николаевич (Киев, Украина) ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ СТУДЕНТОВ I И II КУРСОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В НТУУ «КПИ ИМ. ИГОРЯ СИКОРСКОГО».....	128
Гаврилова Наталія Євгенівна (Київ, Україна) САМОСТІЙНІ ЗАНЯТТЯ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ ЯК ДОДАТКОВА РУХОВА АКТИВНІСТЬ В РЕЖИМІ ДНЯ СТУДЕНТІВ, ТА ЗАСІБ ДЛЯ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ І ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я.....	134
Димова Агла Львовна (Москва, Россия) КОМПЛЕКСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ В ИНФОРМАЦИОННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ.....	139
Козлова Тетяна Георгіївна, Чеховська Анна Юріївна (Київ, Україна) МУЗИЧНО-РУХОВА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ ШЕЙПІНГОМ.....	144

УДК 615, 825: 616

Сиротинська Олена Каленівна
Національний технічний університет України
«КПІ» ім. Ігоря Сікорського
(Київ, Україна)

ЭТАПЫ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЧНОЮ ГІМНАСТИКОЮ

Анотація. У статті розкриваються етапи формування готовності студентів до самостійних занять атлетичною гімнастикою проаналізовані етапи формування готовності до самостійних занять атлетичною гімнастикою в процесі фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Ключові слова: етапи, формування, студенти, самостійні заняття, атлетична гімнастика.

Сиротинська Елена Каленивна
Национальный технический университет Украины
«КПИ» им. Игоря Сикорского
(Киев, Украина)

ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

Аннотация. В статье раскрываются этапы формирования готовности студентов к самостоятельным занятиям атлетической гимнастикой, проанализированы этапы формирования готовности к самостоятельным занятиям атлетической гимнастикой в процессе физического воспитания в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: этапы, формирование, студенты, самостоятельные занятия, атлетическая гимнастика.

Syrotynska Olena
National Technical University of Ukraine
KPI named after. Igor Sikorsky
(Kyiv, Ukraine)

STAGES OF FORMATION OF READINESS FOR INDEPENDENT EXERCISES BY ATHLETIC GYMNASTICS

Annotation. The article reveals the stages of formation of students' readiness for independent exercises in athletic gymnastics. The stages of formation of readiness for independent exercises by athletic gymnastics in the process of physical education in higher educational institutions are revealed.

Key words: stages, formation, students, independent classes, athletic gymnastics.

Етапи формування готовності студентів до самостійних занять атлетичною гімнастикою в процесі навчання у вищому навчальному закладі на сьогоднішній день є актуальним та одним з найважливіших завдань викладача. Кінцевою метою цього завдання є усвідомлене ставлення до набуття студентами знань, умінь і навичок, зміцнення здоров'я, фізично-тілесної досконалості, засвоєння гігієнічних навичок, підвищення працездатності, покращення психоемоційного стану, знання факторів ризику і вміння реалізовувати на практиці комплекс профілактичних засобів і методів фізичної культури, яке можливе за умов визначення сутності та смислових характеристик готовності студентів до самостійних занять атлетичною гімнастикою.

Аналіз останніх дослідження дає підстави для висновку, що на теперішній час найбільш ефективною формою фізичного розвитку та вдосконалення студентів є самостійні заняття фізичною культурою.

Дослідження різних аспектів організації самостійних занять, теоретичні та методичні засади фізичного виховання розробили вітчизняні науковці С.О. Сичов [1, 2], В.Е. Куделко [3], В.Л. Волков [4], Є.П. Козак [5].

Разом з тим, проведений аналіз наукових досліджень свідчить, що проблема формування готовності у студентів до самостійних занять ще не достатньо досліджена як в теоретичних, так і в практичних аспектах, зокрема це розроблення етапів, які мають забезпечити якісну організацію самостійних занять.

Мета дослідження полягає в удосконаленні етапів готовності студентів до самостійних занять атлетичною гімнастикою в процесі фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Об'єктом дослідження були студенти I-II курсів денної форми навчання, які займаються в залі атлетичної гімнастики Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут» імені І.Сікорського.

Результати дослідження. В ході експерименту нами досліджено три етапи, які проходять студенти для формування готовності до самостійних занять атлетичною гімнастикою, а саме (див рис.1):

- пізнавальний;
- мотиваційний;
- діяльнісний.

На першому етапі студентам в процесі обов'язкових занять з фізичного виховання надавались знання про атлетичну гімнастику, користь занять атлетичною гімнастикою, способи збереження і зміцнення здоров'я, техніку виконання фізичних вправ, розумінням значення самостійних занять фізичною культурою для розвитку особистості; навчання методиці самоконтролю за своїм рівнем здоров'я, психофізичним станом і фізичною підготовленістю для підвищення самосвідомості при вивченні свого організму, визначення енергетичних витрат на ті чи інші фізичні вправи, реєстрації антропометричних змін, контролю виконання тижневого рухового режиму, уміння об'єктивно оцінювати самопочуття і працездатність.

Результатом було накопичення і систематизація теоретичних знань у студентів щодо користі занять атлетичною гімнастикою з метою використання здоров'язбережувальних технологій у майбутній життєдіяльності.

На другому етапі з'являється інтерес до виконання фізичних вправ з атлетичної гімнастики, професійно-прикладної фізичної підготовки, спортивного тренування; розвивається споглядально-дійовий інтерес, коли студентом вже не тільки подобається спостерігати, а й виникає бажання виконувати вправи, показати своє вміння товаришам.

Нами були виокремлені такі мотиви фізичного виховання студентів, а саме: повинності, пов'язаний з необхідністю відвідувати заняття з фізичного виховання, виконувати вимоги навчальної програми; фізичного вдосконалення, пов'язаного з прагненням прискорити темп власного розвитку, досягнути визнання, пошану; суперництва, який характеризує прагнення виділитися, самоутвердитися у своєму середовищі, домогтися авторитету, підняти свій престиж, бути першим, досягти якомога більшого; спортивний, який визначає прагнення досягнути яких-небудь значних результатів; ігровий, що є засобом розваги, нервової розрядки, відпочинку.

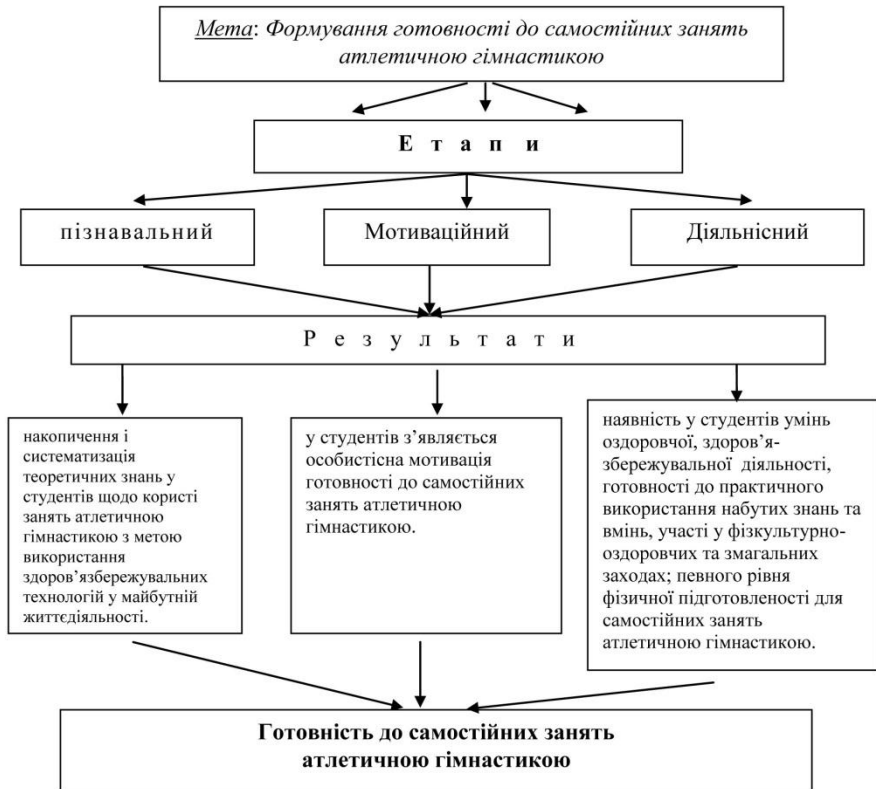


Рис. 1. Етапи формування готовності студентів до самостійних занять атлетичною гімнастикою.

В результаті у студентів з'являється особистісна мотивація готовності до самостійних занять атлетичною гімнастикою.

Третій етап характеризується тим, що студенти не тільки усвідомлюють суть вивчених засобів, форм, методів, а озброюються методами самовиховання та самовдосконалення. У них сформовуються уміння оздоровчої, здоров'язбережувальної діяльності, готовності брати участь у фізкультурно-оздоровчих та змагальних заходах; зростає рівень фізичної підготовленості; виникає стійкий інтерес до самостійних занять атлетичною гімнастикою.

Результатом були наявність у студентів умінь оздоровчої, здоров'язбережувальної діяльності, готовності до практичного використання набутих знань та вмінь, участі у фізкультурно-оздоровчих та змагальних заходах; певного рівня фізичної підготовленості для самостійних занять атлетичною гімнастикою.

Висновки. Таким чином, розроблення та впровадження етапів формування у студентів готовності до самостійних занять атлетичною гімнастикою здійснило збагачення теоретичної обізнаності їх в галузі фізичного виховання, здоров'я та способів його вдосконалення; створило умови інтеграції теоретичної і практичної складових навчально-виховної роботи з метою посилення мотивації студентів до самостійних занять атлетичною гімнастикою.

Реалізація на практиці етапів формування у студентів готовності до самостійних занять атлетичною гімнастикою сприяло самовихованню, фізичному розвитку, самовдосконаленню. Крім того, підвищило відповідальність за свою фізичну підготовленість, покращило здоров'я, розширило рівень знань з фізичної культури, сформувало інтерес і переконання у життєвій необхідності систематичних занять атлетичними вправами, яка стала важливою умовою формування готовності у студентів до самостійних занять.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку будуть спрямовані на впровадження та удосконалення формування у студентів готовності до самостійних занять атлетичною гімнастикою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Сичов С. О. Методичні засади створення моделі прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури / С. О. Сичов // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. – К.: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. 6. – С. 276–281.
2. Сичов С.О. Прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури: теоретико-методичні засади: монографія / С.О. Сичов. – К.: НТУУ «КПІ», 2010. – 436 с.
3. Куделко В.Е. Аналіз соціально-педагогічних основ формування потреб в самостійних заняттях фізичною культурою у студентів / В.Е. Куделко, С.В. Королінська // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2006. - № 12. – С. 117-120.

4. Волков В.Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: [навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів]. – / В.Л.Волков. – К.: Освіта України, 2008. – 256 с.
5. Козак Є.П. Організаційно-методичні основи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: [монографія] / Є.П. Козак, В.І. Мудрік, О.З. Леонов. – К.: Пед. думка, 2010. – 192 с.

