

7. Чепурна В.С. Лікувальна фізична культура у фізичній реабілітації школярів 11 - 13 років з хронічними бронхітами та пневмоніями в умовах загальноосвітньої школи. Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / В.С. Чепурна; Харк. держ. акад. фіз. культури. — Х., 2003. — 20 с.

8. Шаталюк, Б.П. Лечебная физическая культура при хроническом бронхите / Б.П. Шаталюк, А.С. Бориско, А.П. Картыш. — К.: Здоров'я, 1985. — 64 с.

Черновський С.М.

Київський національний університет технологій та дизайну, м. Київ

РЕЗУЛЬТАТИ ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДИКИ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У МАЙБУТНІХ ДИЗАЙНЕРІВ

У статті розглядаються результати впровадження методики професійно-прикладної фізичної підготовки у майбутніх дизайнерів. Проаналізовано вплив даної методики на результати щодо розвитку професійних якостей, рухових і особистісних здібностей майбутніх дизайнерів.

Ключові слова: методика, професійно-прикладна фізична підготовка, майбутні дизайнери.

Черновский С.М. Итоги внедрения методики профессионально-прикладной физической подготовки у будущих дизайнеров. В статье рассматриваются результаты внедрения методики профессионально-прикладной физической подготовки бакалавров будущих дизайнеров. Проанализировано влияние данной методики на результаты по развитию профессиональных качеств, двигательных и личностных способностей будущих дизайнеров.

Ключевые слова: методика, профессионально-прикладная физическая подготовка, будущие дизайнеры.

Chernovsky S.M. Results of introduction of the technique of the professional applied physical preparation for the future designers. In this article the following information will be considered - results of introduction of the technique of the professional applied physical preparation for the future designers. The influence of this technique on the results of the physical, professional and personal development of the future designers has been analyzed.

While estimating the effectiveness quality of the organization and the content of the professional- applied physical preparation we have substantiated the major criteria which determine the level of the effectiveness of the professional- applied physical preparation of a future designer: motivational, cognitive, practical, reflective. These criteria have been introduced with corresponding indicators, which allow determining the effectiveness of the professional- applied physical preparation of the future designers. We have estimated three levels of the professional- applied physical preparation: low, medium and high which help to evaluate how much formed the main professional qualities of students are.

An experimental base for running the experiment was a department of physical training and health of the National University of Technology and Design in Kiev. In this experiment the following students took part: orientation -6.020207 "Design", Specialization: Graphic Design. The experimental group consisted of 50 students; the control group consisted of 50 students. The initial testing and a comparing analysis of the indicators which we investigated too place in September 2015, according to the requirements of running a pedagogical experiment. The final testing was held after the end of pedagogical experiment in May 2016.

Results of the experimental investigation confirmed the effectiveness of the professional- applied physical preparation technique for future designers. The evidence of it are the results of the pedagogical experiment. The analysis of the final results shows a positive dynamic of all of the components in the structure of the given phenomenon and shows the effectiveness of the elaborated technique.

Key words: methods, professionally-applied physical training, future designers.

Постановка проблеми. Оволодіння професією в умовах сучасного суспільства – важливий і складний процес, який необхідно розглядати, виходячи з соціальних вимог. На сучасному рівні фахівці відмічають, що програма з фізичного виховання для студентів-дизайнерів повинна враховувати фізіологічні характеристики, фактори, які визначають зміст окремих видів праці студентів, робочу позу, рухові можливості, положення рук, ніг, тулуба і голови, а також високе нервово-психічне навантаження, з яким пов'язана дана професійна діяльність. Навчальна діяльність студентів-дизайнерів потребує диференційованого підходу до вирішення педагогічних завдань, що пов'язані зі специфікою професії [5].

При оцінюванні ефективності, якості організації та змісту професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) велике значення має розробка критеріальної характеристики цього процесу [4]. Нами було обгрунтовано основні критерії, що визначають ступінь ефективності ППФП майбутнього дизайнера: *мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний*. Ці критерії були представлені відповідними *показниками*, що дозволяють виявити ефективність професійно-прикладної фізичної підготовки у майбутніх дизайнерів. Вибрано три рівні професійно-прикладної фізичної підготовки: низький, середній, високий, за допомогою яких можна оцінити сформованість найважливіших професійних якостей студентів.

Матеріали даної статті відображають результати дослідження за темою кафедри фізичного виховання та здоров'я Київського національного університету технологій та дизайну «Соціально-педагогічні аспекти формування здорового способу життя студентської молоді засобами фізичного виховання», орієнтованої на здійснення професійно-прикладної фізичної підготовки у майбутніх дизайнерів

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вітчизняні та зарубіжні науковці (Ірхін В., Коновалова І., Малахова Ж., Абар В., Berger Н., Dolan Е., Hancock Е., Wareing А. та ін.) акцентують увагу на тому, що традиційна система фізичного виховання не ефективно впливає на розвиток індивідуальних фізичних здібностей, формування професійно-прикладних рухових умінь та навичок

студентів ВНЗ [1, 2, 3, 4, 6, 7].

Метою статті є обґрунтування результатів та оцінка ефективності професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх дизайнерів.

Результати досліджень. Пропонований нами підхід до професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) характеризує не тільки сформованість знань, рухових умінь і організаційно-методичних навичок студентів, він розглядає особистість як суб'єкта спеціалізованої діяльності, де розвиток психофізичних здібностей дає можливість виконувати кваліфіковану роботу, приймати відповідальні рішення у проблемних ситуаціях, планувати і вдосконалювати дії, що призводять до раціонального та успішного досягнення поставлених цілей. Таким чином, ППФП не зводиться до знань і вмінь в якомусь кількісному співвідношенні та конкретному обсязі.

Експериментальною базою для проведення експерименту була кафедра фізичного виховання та здоров'я Київського національного університету технологій та дизайну. В експерименті брали участь студенти напряму підготовки – 6.020207 «Дизайн». Експериментальну групу склали 50 студентів, контрольну – 50 студентів. Первинне тестування та порівняльний аналіз досліджуваних показників проводилися у вересні 2015 року, відповідно до вимог щодо проведення педагогічного експерименту. Підсумкове тестування було здійснено після закінчення педагогічного експерименту у травні 2016 року.

Першим критерієм для визначення рівня сформованості мотиваційного компонента готовності студентів до діяльності за фахом був *мотиваційний*. У ході дослідження виявлення рівня сформованості показників професійної спрямованості майбутніх дизайнерів, тобто сформованість мотиваційного компонента їхньої професійно-прикладної фізичної готовності проводилося методом опитування (анкетування).

Аналіз даних свідчить про те, що коливання вихідного рівня показників мотиваційного компонента у студентів контрольної та експериментальної груп в середньому однакові. У студентів експериментальної групи за рахунок реалізації експериментальної методики ППФП збільшується значення показників по всіх трьох видах. В експериментальній групі вирішилась суперечність між усвідомленням студентами «здоров'я» як абсолютної цінності (80 і 96% відповідно) і практичною діяльністю з його підтримки (дотримуються правил здорового способу життя і використовують у повсякденній життєдіяльності фізкультурно-оздоровчі технології – 76%, раніше було 32%). Істотно зріс інтерес до інформації, пов'язаної з різними аспектами фізичної культури – 88% студентів експериментальної групи бажали б підвищити рівень знань у цих сферах фізичної культури (у констатувальному експерименті дану групу становили – 58% студентів Ег). З підвищенням рангу фізичної культури в системі професійних цінностей (усвідомлення необхідності в цілеспрямованому формуванні прикладних фізичних навичок, психомоторних і морально-вольових якостей – для себе і для інших) збільшилася потреба студентів в інформації з психофізичної підготовки до професійної діяльності (оптимальна рухова активність, методики розвитку професійно важливих фізичних, психомоторних, вольових, організаторських якостей і т. ін.).

Другим компонентом ППФП майбутніх дизайнерів є *когнітивний*. Досвід показує, що без знання свого організму, критеріїв оцінки фізичної досконалості, норм і режимів професійно-прикладної фізичної підготовки, основ здорового способу життя неможливо сформувати у студентів стійкі інтереси і потреби в цілеспрямованих заняттях фізичним вихованням. Оскільки система цінностей має стати предметом потреб майбутнього фахівця, вона повинна визначати зміст, форми і методи професійно-прикладної фізичної підготовки і діяльність з освоєння та засвоєння комплексу засобів даної підготовки.

Для оцінки рівня засвоєння знань, ступінь сформованості яких забезпечує вихід за рамки стандартних алгоритмів діяльності, використовувалися кількісні параметри. У вигляді кількісних параметрів вимірювання теоретичної підготовленості студентів був обраний коефіцієнт засвоєння навчального матеріалу. Перевірялася якість засвоєння сукупності базових понять, визначень, які студент повинен тримати в оперативній пам'яті. Повнота засвоєння визначалася за допомогою тестів понятійного характеру (контрольні тести з вибірковими варіантами відповідей – один з яких правильний, а інші неправильні або неповні).

В експериментальній групі високий рівень теоретичних знань з ППФП показали 54,0%. У контрольній групі знання високого рівня залишились незмінними 0%. Середній рівень був показаний 38,0% в експериментальній групі і 32,0% в контрольній. 8,0% студентів експериментальної і 68,0% студентів контрольної групи в ході опитування показали низький рівень теоретичних знань з ППФП.

Таким чином, в результаті проведення педагогічного експерименту нам вдалося отримати достовірно значимі відмінності в когнітивному компоненті ППФП серед студентів контрольної та експериментальної груп. Найбільший приріст відбувся в експериментальній групі. Це свідчить про те, що традиційна освітня діяльність, спрямована на формування знань з основним теоретичним аспектом фізичного виховання, у відведених рамках і за традиційних організаційно-педагогічних умов не сприяє вирішенню завдань, пов'язаних з формуванням теоретичної підготовленості як складової ППФП.

Третім компонентом ППФП є *діяльнісний*. Він відображає сформованість рухових умінь, навичок і рівень розвитку професійно важливих якостей студентів.

Для визначення сформованості діяльнісного компонента ППФП студентів нами використовувалися наступні фізичні вправи та методи:

- загальна фізична підготовленість визначалася за допомогою вправи на швидкість (біг 100 метрів), вправи на витривалість (біг на 3000м.хв.с), вправи на спритність (біг 4х9м), вправи на силу (підтягування на перекладині, згинання та розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тулуба з положення лежачи), швидкісно-силової вправи (стрибок у довжину з місця), вправи на гнучкість (нахил тулуба вперед з положення сидячи);

- професійно-прикладна підготовленість була визначена за допомогою тейпінг-тесту, проби Ромберга, динамометрії.

У результаті первинного тестування загальної фізичної підготовленості нами не виявлено достовірно значущих відмінностей у показниках студентів контрольної та експериментальної групи які представлені в таблиці 1.

Кількість отриманих оцінок і їх процентне вираження в обох групах практично рівнозначне. Високий рівень показали студенти експериментальної групи 8.2%, контрольної групи 7.6%. Середній рівень загальнофізичної підготовленості продемонстрували в експериментальній групі 27.6%, в контрольних 26.2%. Низькі показники виявлені у 64.2% в експериментальній групі і 66.2% у

контрольній групі.

У кінці педагогічного експерименту було проведено підсумкове тестування загальної фізичної підготовленості студентів експериментальної та контрольної групи (табл.1).

Таблиця 1

Загальна фізична підготовленість студентів-дизайнерів (%)

Рівні	Експериментальна група						Контрольна група					
	високий		середній		низький		Високий		середній		Низький	
	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець
Вправа												
Біг 100 м	7	62	27	32	66	6	8	17	25	34	67	49
Біг 3000 м	8	56	25	36	67	8	7	15	24	32	69	53
Човниковий біг 4 x 9 м	3	55	28	37	69	8	2	5	27	34	71	61
Стрибок в довжину з місця	10	60	34	37	56	3	9	18	30	36	61	46
Підтягування на перекладині	9	65	26	35	65	0	8	15	26	33	66	52
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи	11	66	27	34	62	0	11	17	28	36	61	47
Нахил тулуба з положення сидячи	9	68	28	32	63	0	8	12	26	33	66	55
Піднімання тулуба за 1 хв.	8	63	26	34	66	3	8	14	24	30	68	56

Таким чином, контрольне тестування, проведене в кінці експерименту, продемонструвало позитивну динаміку зростання рівня фізичної підготовленості студентів експериментальної групи і незначне його підвищення в студентів контрольної групи, що займалися за традиційною програмою і методикою. Загалом високий рівень фізичної підготовленості продемонстрували 53,6% студентів експериментальної групи (у контрольній групі – лише 6,5%), середній рівень в експериментальній групі – 7,1%, в контрольній – 7,3%. Зменшилась кількість студентів експериментальної групи з низьким рівнем – 60,7%; їх кількість у контрольній групі становила 13,8%.

Як видно з вище сказаного більш високого рівня загальнофізичної підготовленості домоглися студенти експериментальної групи. Подібне положення справ стало можливим завдяки зростанню результатів по всім контрольним вправам.

Наступним елементом діяльнiсного компонента ППФП була професійно-прикладна фізична підготовленість студентів. Методами контролю були динамометрія, тейпінг-тест, проба Ромберга. Отримані в ході дослідження дані, оброблені за допомогою методів математичної статистики, на початку та кінці педагогічного експерименту представлені в таблиці 2.

Як свідчать дані, в експериментальній групі відбулось суттєве підвищення показників по високому рівню (з 12,75% до 53,5%). У контрольній групі відповідно – 12,5% та 22%. Позитивна динаміка спостерігалась в експериментальній групі і за показниками середнього рівня: 34% – до експерименту та 40,5% – після проведення експерименту. Значно зменшилась в експериментальній групі після проведення експерименту кількість студентів з низьким рівнем: з 53,25% до 6%. У контрольній групі він становив 46,5%.

По закінченню педагогічного експерименту заключне тестування показало достовірно виражене переважання показників високого та середнього рівнів в експериментальній групі і яскраво виражене переважання низького рівня в контрольній групі.

Для більш повної характеристики результативності педагогічного експерименту і для обґрунтування ефективності запропонованої методики ППФП майбутніх дизайнерів було перевірено сформованість у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів рефлексивного компонента ППФП.

У ході дослідження виявлення рівня сформованості показників професійної спрямованості майбутніх дизайнерів, тобто сформованості рефлексивного компонента їхньої професійно-прикладної фізичної готовності проводилося методом опитування (анкетування).

Таблиця 2

Рівень професійно-прикладної фізичної підготовки студентів-дизайнерів (%)

Рівні	Експериментальна група						Контрольна група					
	високий		середній		низький		високий		середній		Низький	
	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець	початок	кінець
Вправа												
Динамометрія	14	43	34	46	52	11	14	19	32	39	54	42

Тейпінг тест	14	55	45	40	41	5	12	22	44	38	44	40
Рівновага (проба Ромберга)	12	56	32	38	56	6	13	23	31	31	56	46

Аналіз отриманих даних щодо *сформованості рефлексивного компонента* засвідчив, що, після проведення експерименту 56,6% студентів ЕГ мали високий рівень розвитку рефлексивного компонента, студенти КГ показали 17,8%, на етапі констатувального експерименту було виявлено 3,5% студентів ЕГ та 2,2% КГ з високим рівнем сформованості рефлексивного компонента; 38,4% студентів ЕГ (було – 27,8%) та 34,6% студентів КГ (було – 28,6%) – середній рівень; 5,0% студентів ЕГ (було – 68,7%) та 47,6% студентів КГ (було – 69,2%) – низький. Порівняння отриманих нами експериментальних даних доводить, що кількість студентів на підсумковому етапі дослідження із високим та середнім рівнем сформованості рефлексивного компонента збільшилась. Про позитивну динаміку формування рефлексивного компонента ППФП майбутніх дизайнерів свідчить наявність студентів з високим рівнем розвитку рефлексивності після проведення експерименту.

Висновки. Результати експериментального дослідження підтвердили ефективність методики ППФП у майбутніх дизайнерів. Про це свідчать результати проведення педагогічного експерименту. Аналіз отриманих результатів засвідчує позитивну динаміку всіх компонентів у структурі даного феномена і відображає ефективність розробленої методики.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки, важливих психофізіологічних і психофізичних якостей майбутніх дизайнерів.

Література

- 1.Ирхин В.Н. Педагогическое сопровождение студентов в условиях здоровьесберегающего образовательного процесса в вузе / В.Н. Ирхин, И.В. Ирхина, О.А. Беседина // Физическая культура и здоровье. – 2010, №4 (29). – С. 37-39.
- 2.Коновалова И. А. Становление культуры здоровья студентов вуза физкультурно-спортивного профиля: автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. пед. наук: спец.13.00.04 / И.А. Коновалова. – Челябинск, 2011. – 22 с.
- 3.Малахова Ж.В. Здоров'яформуючі технології в процесі фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп: автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. наук физ. воспитанию и спорту: спец. 24.00.02 / Ж.В. Малахова. – К., 2013. – 24 с.
- 4.Abar B. Promoting tobacco cessation utilizing pre-health professional students as research associates in the emergency department / B. Abar // Addictive Behaviors, 2015. – Vol. 40. – No 3. – P. 73-76.
- 5.Al-Hariri M.T. Utilization of internet by health colleges students at the University of Dammam / M.T. Al-Hariri, A.A. Al-Hattami // Journal of Taibah University Medical Sciences, 2015. – Vol. 10. – No 1. – P. 66-73.
- 6.Berger H. Mental health of students and its development between 1994 and 2012 / H. Berger // Mental Health & Prevention, 2015. – Vol. 3. – No 1-2. – P. 48-56.
- 7.Dolan E. An evaluation of online competencies in undergraduate health science students / E. Dolan, E. Hancock, A. Wareing // The Internet and Higher Education, 2015. – Vol. 24. – No 6. – P. 21-25.

Чеховська Л.

Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів

СУЧАСНИЙ СТАН І ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ІНФРАСТРУКТУРИ МАСОВОГО СПОРТУ УКРАЇНИ

Сучасний стан системи масового спорту потребує створення умов населенню для занять оздоровчою руховою активністю. У статті подана інформація щодо сучасного стану і проблем розвитку інфраструктури масового спорту в Україні, яка спрямована на забезпечення рухової активності людей під час їх дозвілля для зміцнення здоров'я. Виявлено скорочення в останні роки кількості фізкультурно-оздоровчих і спортивних споруд під приводом недоцільності, економічної невигідності, продажу, використання не за призначенням. Наявна мережа фізкультурно-оздоровчих і спортивних споруд характеризується недостатньою кількістю і нерівномірним їх розташуванням по території України.

Ключові слова: інфраструктура, масовий спорт, забезпеченість закладами фізичної культури і спорту.

Любовь Чеховская Современное состояние и проблемы развития инфраструктуры массового спорта Украины. Современное состояние системы массового спорта требует создания условий населению для занятий оздоровительной двигательной активностью. В статье представлена информация о современном состоянии и проблемах развития инфраструктуры массового спорта в Украине, которая направлена на обеспечение двигательной активности людей во время их досуга для укрепления здоровья. Выявлено сокращение в последние годы количества физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений под предлогом нецелесообразности, экономической невыгодности, продажи, использования не по назначению. Имеющаяся сеть физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений характеризуется недостаточным количеством и неравномерным их расположением по территории Украины.

Ключевые слова: инфраструктура, массовый спорт, обеспеченность учреждениями физической культуры и спорта.

Liubov Chekhovska Current state and development's problems of mass sport's infrastructure in Ukraine. The current state of mass sport's system requires creating conditions for population for recreational physical activity's classes. Institutions of physical culture and sport help to organize recreational activities out-of-school and outwork time by providing appropriate services. The aim of research was to establish state of provision of physical culture and sport's institutions in Ukraine.

The methods of research: theoretical analysis and synthesis of scientific literature and global Internet information network, the method of comparison and matching, documentary method. The article presents information about current state and development's