

**Вінницький державний педагогічний університет імені
Михайла Коцюбинського
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра фізичного виховання**



матеріали круглого столу

**ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В СУЧАСНИХ УМОВАХ**

**присвячений 110 – річниці Вінницького державного педагогічного
університету імені Михайла Коцюбинського**

Випуск 4

Вінниця 2022

УДК 378.016:796.011.3(06)

О-75

Особливості викладання дисципліни Фізичне виховання в сучасних умовах: матеріали круглого столу [Електронний ресурс] / гол. ред. В.М. Мірошніченко; ред. кол. О.Ю. Брезденюк, В.С. Білоус, Т.В. Осаволюк, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Вінниця, 20 січня 2022. – Вінниця, 2022. – Вип. 4 – 55 с. – Режим доступу: <https://dspace.vspu.edu.ua/handle/123456789/2096>

Головний редактор:

Мірошніченко В.М., к. н. з фіз. вих. і спорту, доцент

Редакційна колегія:

Брезденюк О.Ю., к. н. з фіз. вих. і спорту;

Білоус В.С., директор бібліотеки ВДПУ імені М.Коцюбинського

Осаволюк Т.В., старший лаборант кафедри фізичного виховання

Адреса: 21001, м. Вінниця, вул. Острозького, 32

E-mail: kfv@vspu.edu.ua

ЗМІСТ		
1.	Адамчук Вадим. Використання сучасних засобів викладання дисциплін у ЗВО спортивного профілю. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	6
2.	Ананко Єлизавета. Фітнес у процесі фізичного виховання здобувачів вищої освіти. – <i>Київський національний університет технологій та дизайну</i>	7
3.	Бондар Анна, Шкондя Вікторія. Технічна підготовленість студенток баскетболісток. – <i>Вінницький торговельно-економічний інститут Київського національного торговельно-економічного університету</i>	8
4.	Бузиний Богдан. Силовий фітнес у спеціальній підготовці студентів-волейболістів у процесі фізичного виховання. – <i>Київський національний університет технологій та дизайну</i>	10
5.	Васькевич Сніжана. Вплив занять фітнесу на здоров'я молоді. – <i>Вінницький торговельно-економічний інститут Київського національного торговельно-економічного університету</i>	12
6.	Войтенко Сергій, Войтенко Діана. Використання спортивних ігор на заняттях фізичного виховання ЗВО. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	13
7.	Гаврилова Наталія, Онищук Вікторія. Розвиток ерготерапії в Україні. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	14
8.	Головкіна Вікторія¹, Сальникова Світлана², Бойко Марина¹. Засоби фізичної терапії у дітей з порушеннями постави. – ¹ <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i> , ² <i>Вінницький торговельно-економічний інститут Київського національного торговельно-економічного університету</i>	19
9.	Дідик Тетяна. Застосування інформаційних технологій у навчальному процесі студентів факультету фізичного виховання і спорту. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	21
10.	Дмитренко Світлана. Педагогічна технологія розвитку фізичних якостей студентської молоді. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	23
11.	Дубовік Рімма¹, Самоленко Тетяна². Використання інформаційних технологій на заняттях з дисципліни Теорія і методика викладання легкої атлетики в умовах карантину. – ¹ <i>Національний університет біоресурсів і природокористування України</i> , ² <i>Київський національний торговельно-економічний університет</i>	25
12.	Захарчук Олена, Щепотіна Наталя. Програмування тренувального процесу кваліфікованих волейболісток у підготовчому періоді в умовах ЗВО. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	27

13.	Кізім Вікторія, Чернишенко Тамара. Рівень теоретичної підготовки студентів з дисципліни «ритміка і хореографія», яка викладалася в онлайні. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені М. Коцюбинського</i>	28
14.	Козерук Кирило. Виявлення чинників надмірної маси тіла студентів закладів вищої освіти. – <i>Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка</i>	31
15.	Краснобаєва Тетяна, Галайдюк Микола. Методи формування фізкультурно-спортивних умінь в умовах дистанційного навчання. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	33
16.	Кульчицька Ірина. Формування професійних компетентностей майбутнього спортивного педагога в процесі вивчення дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення та підвищення спортивної майстерності». – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	36
17.	Мацейко Ірина, Ломинога Сергій, Самойлюк Оксана. Мотивація студентів нефізкультурного профілю до занять фізичною культурою. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	37
18.	Мірошніченко Вячеслав, Фурман Юрій, Швець Оксана. Підвищення ефективності занять з фізичного виховання у ЗВО шляхом дозування навантажень за енерговитратами. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	39
19.	Рибак Нікіта. Підготовка майбутнього тренера до оцінки рухової підготовленості футболістів. – <i>Київський національний університет технологій та дизайну</i>	40
20.	Рогаль Ірина. Формування мотивації студентів до занять фізичною культурою в умовах дистанційного навчання. – <i>Вінницький торговельно-економічний інститут Київського національного торговельно-економічного університету</i>	43
21.	Руденко Роман. Фітнес як інноваційна складова фізичного виховання. – <i>Київський національний університет технологій та дизайну</i>	44
22.	Савчук Віталій. Розвиток сили при навчанні футболу у процесі фізичного виховання. – <i>Київський національний університет технологій та дизайну</i>	46
23.	Фурман Юрій, Брезденюк Олександра. Можливості застосування комп'ютерної програми «Health calculation» в процесі занять з фізичного виховання у ЗВО. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	48
24.	Шалар Олег, Стрикаленко Євгеній, Андрєєва Регіна. Методичні умови проведення занять з волейболу освітньо-рефлекторної спрямованості. – <i>Херсонський державний аграрно-економічний університет, кафедра загальноекономічної підготовки</i>	50

25.	Шевченко Максим. Теоретичні основи розвитку координаційних якостей для майбутніх фітнес-тренерів. – <i>Київський національний університет технологій та дизайну</i>	51
26.	Яковлів Володимир. Напрямки розвитку олімпійської освіти в Україні. – <i>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</i>	54

3. Фурман Ю.М. Адаптація студентів Подільського регіону 17-21 року до фізичної роботи в аеробному й анаеробному режимах енергозабезпечення / Ю.М. Фурман, М.О. Зуграва, О.Ю. Брезденюк, А.С. Сулима, С.Ю. Нестерова // Український журнал медицини, біології та спорту. Том 3, № 3 (12). – Миколаїв, 2018. – С. 235 – 242. <http://93.183.203.244:80/xmlui/handle/123456789/3216>
4. Brezdeniuk O., Furman Yu., Salnykova S., Sulyma A., Korolchuk A., Bohuslavska V., Pityn M. Adaptation of students with different body composition components to aerobic and anaerobic training. *Sport and Society Interdisciplinary Journal of Physical Education and Sports*. 2021;21(1): 1-11. <http://dx.doi.org/10.36836/2021/1/28>
5. Furman Y, Brezdenyuk O. Influence of cyclic moderate intensity work on functional fitness of 17-21 years old students with “high” content of fat component. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2015;19 (11):55-0. <https://doi.org/10.15561/18189172.2015.1108>

МЕТОДИЧНІ УМОВИ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ ОСВІТНЬО-РЕФЛЕКТОРНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ

Шалар Олег, Стрикаленко Євгеній, Андрєєва Регіна

*Херсонський державний аграрно-економічний університет,
Кафедра загальноекономічної підготовки
shalaroleg1952@gmail.com*

Постановка проблеми. Розробка інтеграційних методів і прийомів до вивчення знань, елементів техніки волейболу, провідних фізичних якостей з учнями різних вікових груп, зумовлює необхідність побудови ефективних педагогічних технологій. Саме заняття освітньо-рефлекторної спрямованості найкращим чином об'єднують освітній, виховний, оздоровчий та загальнокультурні компоненти [1, 2, 3, 4].

Обговорення. Використовуючи методику організації занять волейболу освітньо-рефлекторної спрямованості із здобувачами у структурній побудові кожного заняття варто передбачити графу-нагадування для викладача «Очікувані результати» (при написанні конспекту), «Бліц-турнір» (на початку основної частини), «рефлексійна» бесіда (заклучна частина). Саме такі заняття ефективно впливають на позитивний рівень фізичної підготовленості, забезпечують певну якість сформованості рухових умінь і навичок здобувачів. Окрім цього найкращим чином забезпечується обов'язковий мінімум знань фізкультурної освіти; а саме: техніки та

методики виконання фізичних вправ, правил гри у волейбол, дотримання правил безпеки тощо.

Рекомендації. У зміст очікуваних результатів варто включати наступні розділи: «Здобувачі повинні знати» (як контролювати свій стан здоров'я, рахуючи частоту ЧСС та ін.); «Здобувачі повинні вміти» (виконувати передачі і прийом м'яча двома тощо). Сутність організації «Бліц-турніру» полягає в наданні викладачем низки питань учням, наприклад: «Як звали винахідника сучасного волейболу?» та об'єктивній вербальній оцінці кожного здобувача. Зміст «рефлексійної» бесіди полягає в самооцінці здобувачів за такими ознаками: «Я дізнався..., Зрозумів..., Навчився..., Я не вмів, а тепер вмію...». Отже, впровадження в занятті з фізичного виховання освітньо-рефлекторної складової ефективно впливає на оптимальний рівень сформованості індивідуального фонду рухових умінь і навичок здобувачів та доведення їх до відповідного ступеню досконалості.

Література

1. Шалар О.Г., Сочинський А.Я. (2008). Освітньо-рефлекторна організація уроків фізичної культури. *Вересень*. Миколаїв: МОППО, 3-4 (44-45), 111-124
2. Шалар О.Г. Могилевський О.О. (2010). Серія уроків волейболу освітньо-рефлекторної спрямованості. 7 клас. *Фізичне виховання в школах України*. 2(14), 4-13
3. Шалар О.Г., Мартиненко Є.Є. (2011). Організація освітньо-рефлекторної діяльності учнів на уроках волейболу. *Теорія та методика фізичного виховання*. 3, 19-23.
4. Шалар О.Г., Жосан І.А., Яник О.А., Рогачов Ю.В. (2014). Організація освітньо-рефлекторної діяльності старшокласників за варіативним модулем «Волейбол». *XIV Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми сучасної біології та здоров'я людини»*. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 31-34

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ДЛЯ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ

Шевченко Максим

науковий керівник к.п.н., доцент Паришкура Ю.В.

*Київський національний університет технологій та дизайну
Кафедра фізичного виховання та здоров'я*

Постановка проблеми. Координаційні якості відіграють ключову роль в процесі оволодіння людиною руховими навичками та такими якостями, як: – сила, бистрота (швидкість), спритність [1]. Розвиток координаційних