

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**



**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ:
МЕТОДОЛОГІЯ НАУКОВИХ
ДОСЛІДЖЕНЬ**

**Матеріали науково-практичної конференції
здобувачів вищої освіти зі спеціальності 017 Фізична
культура і спорт освітнього ступеня «Магістр»**

13 – 17 грудня 2021 року

Ужгород – 2021

УДК 796:001.8

Ф-50

Фізична культура і спорт: методологія наукових досліджень/матеріали науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітнього ступеня «Магістр» (м. Ужгород 13–17 грудня 2021 р.). – Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», 2021. – 132 с.

У збірнику матеріалів науково-практичної конференції висвітлюються питання методології наукових досліджень здобувачів вищої освіти, які проходять підготовку за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» і відповідною спеціальністю - 017 Фізична культура і спорт. В матеріалах конференції надані результати атестації випускників ДВНЗ «УжНУ», що проводилася у формі захисту кваліфікаційної роботи магістра. У вказаних матеріалах представлені сучасні підходи до вирішення практичних і теоретичних проблем фізичної культури і спорту, дається обґрунтування методології спортивних тренувань та підготовки спортивно-педагогічних кадрів зі спеціальності.

Редакційна колегія:

Маріонда І.І. - к.пед.наук, доцент

Товт В.А. - к.пед.наук, доцент

Хома Т.В. - к.пед.наук, ст. викладач.

Рекомендовано науково-методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет», протокол № 4 від 16.12.2021 р.

ЗМІСТ

Бабинець Василь Сучасні бойові мистецтва в системі оздоровлення жінок першого зрілого віку	8
Балажинець Рудольф Комплекси спеціальних фізичних вправ для вдосконалення гнучкості у спортсменів	10
Бобаль Наталія Особливості працевлаштування майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах сьогодення	12
Бондар Олексій Особливості розвитку футболу в Західній Україні в різні історичні періоди	15
Брензович Владислав Використання елементів гандболу в системі фізичного виховання для студентів у закладах вищої освіти	17
Буковецький Ромео Фітбол-гімнастика як сучасна здоров'язбережувальна технологія	19
Булеца Павло Формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів в умовах закладу вищої освіти	21
Бурчик Юлія Корекція фізичних якостей жінок зрілого віку сучасними засобами фітнес-технології	23
Величко Олександр Психофізіологічні характеристики фехтувальників на рапірах на етапі спеціалізованої базової підготовки	25
Глипка Євген Роль самостійних занять фізичною культурою у збереженні та зміцненні фізичного здоров'я різних категорій населення	27
Гогерчак Руслан Використання асиметричних вправ при навчанні техніці володіння м'ячем у футболі групи початкової підготовки	29
Готра Яна Організація рухової активності студентської молоді під час навчання у закладах вищої освіти і визначення її місця та ролі в режимі дня студентів	31

Грабар Володимир Нові підходи в методиці загальної фізичної підготовки юних гімнастів	32
Густа Степан Вплив секційних занять на фізичну підготовленість учнів закладів загальної середньої освіти	35
Двунос Остап Волонтерство - невідемна складова організації та проведення мультиспортивних заходів	37
Дзундза Дмитро Розвиток фізичної та технічної підготовленості спортсменів з рукопашного бою на етапі підготовки до вищих досягнень	39
Жентичка Іван Роль рухової активності в режимі дня дітей 6-10 років	41
Жеребак Наталія Вплив масових рекреаційних заходів у залученні населення до систематичної рухової активності	42
Гльницький Альберт Мотивація до занять спортом учнів 5-6 класів у дитячо-юнацьких спортивних школах	44
Кинів Василь Впровадження новітніх технологій у фізичну культуру та оздоровчу індустрію	47
Клим Мирослава Гендерні особливості побудови тренувального процесу спортсменок високої кваліфікації	49
Клим Павло Критерії формування адаптації організму старшокласників до фізичних навантажень у лижному орієнтуванні	52
Ковач Іван Система підготовки важкоатлетів Закарпатської області на етапі спеціалізованої базової підготовки	54
Костак Тетяна Обґрунтування методики розвитку силових здібностей юних гімнастів в підготовчому періоді спортивного тренування	56
Костенко Софія Рухова активність як фактор визначення і формування здоров'я жінок першого зрілого віку та сучасні методи її оптимізації	58

Кофель Ганна Стан волонтерського руху в сфері фізичної культури і спорту та шляхи євроінтеграційних процесів щодо реалізації його діяльності	59
Кошут Артур Розвиток швидкісно-силових здібностей у навчально-тренувальному процесі юних борців вільного стилю	61
Кул Євгеній Європейські юнацькі олімпійські фестивалі - технології підготовки та проведення, новий досвід для України	63
Літак Вероніка Показники розвитку фізичних якостей студентів Природничо-гуманітарного фахового коледжу ДВНЗ «УжНУ» з різним рівнем соматичного здоров'я	65
Лобачева Анастасія Підготовка майбутніх тренерів-викладачів до застосування ігрової технології навчання	67
Мавроматі Вікторія Відбір та спортивна орієнтація дітей та підлітків до занять баскетболом	70
Магула Максим Корекція маси тіла у жінок 30-40 років засобами фізичного виховання	73
Малик Антоніна Вплив рухової активності на показники здоров'я студенток спеціальної медичної групи з використанням засобів фітбол-фітнесу	74
Малько Ігор Особливості силової підготовки студентів чоловічої та жіночої статей, котрі займаються у групах спортивного вдосконалення з атлетизму	77
Матевосов Артем Формування емоційно-вольових якостей у майбутніх тренерів-викладачів з різних видів спорту	79
Машталір Сергій Менеджмент та маркетингова діяльність професійних футбольних клубів	82
Медведєв Михайло Спортивна підготовка футболістів юнацького віку у структурі річного макроциклу	84

Микуличинська Ангеліна Формування морально-вольових та психологічних якостей у спортсменів засобами рухливих ігор на початкових етапах тренувального процесу	86
Мухтарова Агігат-Тетяна Вплив фізичної активності на якість життя студенток з надлишковою масою тіла	88
Нестеров Дмитро Переваги залучення дітей раннього віку до занять великим тенісом	90
Пехньо Оксана Характеристика мотивів та інтересів студентів до занять різними видами фізичних вправ	92
Пилип Сергій Формування психологічних якостей у футболістів для ефективності результату	95
Поличко Андрій Вплив занять з вільної боротьби з використанням ігрового методу на рівень розвитку фізичних якостей юних борців	98
Попов Едуард Методика використання фізичних вправ для вдосконалення рухової пам'яті у спортсменів на початкових етапах їх підготовки	100
Прислупська Діана Вплив фітнес-програм на фізичну підготовленість студентів	102
Ревес Михайло Ефективність спеціальної стрілецької підготовки юних біатлоністів у змагальному періоді тренування	103
Романенко Владислав Ефективність підготовки спортсменів на основі підвищення рівня організаційно-управлінської компетентності тренерів	105
Романик Вікторія Методологічні особливості вдосконалення координаційних здібностей як складової спортивної підготовки підлітків	108
Русин Мирослав Україна як організатор світових та європейських спортивних змагань, подальші перспективи	110
Сапун Тетяна Формування мотивації до занять фізичним вихованням у студентів 1-2 курсів	112

Скрипич Владислав Обґрунтування структурних компонентів професійної майстерності тренера з виду спорту	114
Старенок Ростислав Формування технічної підготовки футболістів на початковому етапі спортивної підготовки	116
Тарасенко Еріка Підготовка фахівців фізичної культури і спорту на основі використання інформаційного середовища навчання	118
Ткаченко Віктор Волонтер в організації та проведенні спортивних заходів - місія, відбір, напрямки та організація роботи	120
Химич Іван Показники тривожності у студентів-спортсменів та студентів, які спортом не займаються в умовах дистанційного навчання під час пандемії	122
Цар Вадим Ефективність технічної і тактичної підготовки дзюдоїстів на етапі початкового тренування з використанням швидко-силових вправ	124
Черкіс Анастасія Розробка сучасних фітнес-програм заснованих на оздоровчих видах гімнастики, та їх роль в оздоровленні студентської молоді	126
Шапочка Ростислав Фізичне виховання студентів, що займаються у спеціальних медичних групах	129

ЕФЕКТИВНІСТЬ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ НА ОСНОВІ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ОРГАНІЗАЦІЙНО-УПРАВЛІНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТРЕНЕРІВ

Романенко Владислав
Науковий керівник І.І. Маріонда

Вступ. Відомо, що унікальність компетентностей фахівця в галузі спорту порівняно з іншими педагогічними професіями полягає у специфічній широті його професійно важливих якостей та різнобічного професіоналізму [1], тож неправомірно вбачати в тренерах «вузьких» спеціалістів, обов'язки котрих обмежуються лише плануванням та проведенням навчально - тренувальних занять, а це зовсім не так.

На думку авторів Е.М. Сивохопа, І.І. Маріонди [2, 3], ефективність підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту неможлива без удосконалення ефективності навчального процесу. Провідне місце у такому процесі відведено фізкультурній освіті, спрямованій на формування базових професійних компетентностей до майбутньої професійної діяльності.

Мета дослідження. Теоретично розробити й обґрунтувати систему підвищення організаційно-управлінської підготовленості тренерів як важливого фактора вдосконалення підготовки спортсменів.

Матеріали і методи. Дослідження проводилося на базі факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ». У дослідженні брали участь 38 студентів 4-го курсу спеціальності «Фізична культура і спорт». У ролі експертів із метою оцінки підготовлених методичних рекомендацій щодо вдосконалення організаційно-управлінської підготовки майбутніх тренерів як умови вдосконалення підготовки спортсменів, залучалися викладачі цього вузу. В процесі дослідження використовувалися такі методи: аналіз науково-методичної літератури; опитування у формі анкетування; метод експертних оцінок; педагогічне проектування; методи математичної статистики.

Результати. На питання, чи потребує оновлення зміст підготовки студентів за фахом «Фізична культура і спорт» усієї системи знань, необхідних сучасному тренерові, більшість опитаних (75 %) відповіла позитивно, і тільки 25% не мали власної думки щодо цього питання.

Під час аналізу відповідей на питання щодо викладання студентам спеціальності «Фізична культура і спорт» предметів із використанням інноваційних педагогічних технологій 95% дали позитивну відповідь щодо необхідності їх застосування, 2,5% не змогли дати відповіді на поставлене

запитання, а ще 2,5% вважали, що інноваційні методи навчання не дадуть студентам ніякої користі.

На питання наскільки важливим є засвоєння методу управління проектами майбутніми тренерами зі спорту, 50% опитаних оцінили його максимально високими 5-ма балами, що свідчить про важливість включення цих тем до змісту занять зі студентами вузів із метою освоєння цього методу управління; ще 35% оцінили важливість використання управління проектами 4-ма балами і 15% - 3-ма балами (середньоарифметичний бал - 4,35).

Не менш значущими в підготовці студентів зі спеціальності «Фізична культура і спорт» експерти вважали вивчення названих дисциплін за вибором: 45% оцінили значущість навчальних предметів 5-ма балами за п'ятибальною шкалою; 35% - 4-ма і 20% - 3-ма балами відповідно (середньоарифметичний бал - 4,25).

Значна частина респондентів (45,28%) вважає, що обсяг професійних зусиль тренера-викладача, який присвячується питанням функціонування, тобто відтворення засвоєних ним форм і методів професійної діяльності, повинен складати приблизно 20-40%. Дещо менша частина (41,51%) вважає, що цей обсяг зусиль повинен складати 41-61% а то й ще менше (13,21%), що він повинен перебувати в межах 61-80% від загального часового бюджету тренера.

Важливо відмітити, що професіоналізм майбутнього тренера в плані менеджерських умінь був оцінений дуже високо: їх виділили як основні для тренера якості 29,8% опитаних, у той час як уміння тренера планувати та проводити навчально-тренувальне заняття - 34,9 опитаних.

Висновки.

1. Запровадження експериментальної методики дало можливість студентам експериментальної групи сформулювати більш значущі уявлення про ступінь важливості для майбутніх тренерів індивідуально-психологічних характеристик, які потрібні успішному тренерові. Так із 11 оцінюваних показників комунікативність у студентів контрольної групи є наближеною до аналогічного рівня експериментальної групи.

2. Проведені дослідження дали можливість розробити практичні рекомендації щодо поліпшення організаційно-управлінської підготовленості тренерів, а це передбачає формування знань у диференційованому використанні компетенцій під час роботи зі спортсменами різних вікових груп.

Література.

1. Кожевнікова Л. К. Інтеграційний компетентнісний підхід у підготовці майбутніх фахівців галузі фізичної культури і спорту / Л.К.

Кожевнікова, З.Г. Дзюба, Н.І. Вертелецька // Теорія і практика фізичного виховання: наук.-метод. журнал. – Донецьк, 2008. - № 1. – С.42-49.

2. Маріонда І.І. Рівень засвоєння професійних знань і вмінь майбутніх фахівців фізичної культури з використанням засобів управління навчальним процесом / Маріонда І.І., Гавришко С.Г., Мороз Ф.В. // *Virtus: Scientific Journal* / Editor-in-Chief M.A. Zhurba –April # 43, 2020. – P. 124-127.

3. Сивохоп Е.М. Особливості навчального процесу майбутніх фахівців галузі фізична культура і спорт / Е.М. Сивохоп, І.І. Маріонда // *Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія “Педагогіка. Соціальна робота”*. – Вип. 2(41). – Ужгород: УжНУ, 2017. – С. 231-233.

Наукове видання

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ: МЕТОДОЛОГІЯ НАУКОВИХ
ДОСЛІДЖЕНЬ**

**Матеріали науково-практичної конференції
здобувачів вищої освіти зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт
освітнього ступеня «Магістр»**

13 – 17 грудня 2021 року

м. Ужгород