

Висновок. Систематичне заняття спортом за програмою загальної фізичної підготовки сприяло підвищенню рівня фізичної підготовленості підлітків, а також позитивно вплинуло на укріплення стану їх здоров'я. Це може бути підставою для збільшення інтенсивності фізичних навантажень підлітків у процесі спортивного тренування з легкої атлетики.

Список використаних джерел:

1. Гузарь В.Н. Психолого-педагогічні особливості комп'ютеризації галузі фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001, 7, 7–13.
2. Гузарь В.Н. Використання комп'ютерної техніки у галузі фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001, 8, 10–17.
3. Гузарь В. Інформаційні потреби посадових осіб у галузі фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорт*, 2001, 9, 13–21.
4. Гузарь В. Автоматизована обробка інформації з фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001, 10, 6–11.
5. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверня. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
6. Шалар О.Г. Підготовка підлітків до самостійних занять фізичною культурою: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.09 – теорія навчання [Текст] / О.Г. Шалар. – Харків, 2002. – 20 с.
7. Шалар О.Г. Педагогічне керівництво самостійними заняттями школярів фізичною культурою. Монографія. [Текст] / О.Г. Шалар – Х.: Нове слово, 2004.– 194 с.
8. Шалар О.Г. Оценка показателей здоровья американских и украинских подростков [Текст] / О.Г. Шалар, Г.Н. Варшицкий, А.С. Эделев // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: сб. научн. тр. под ред. проф. Ермакова С.С. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2008. – №6. – С. 120–129.
9. Шалар О.Г. Програма секційної роботи із загальної фізичної підготовки [Текст] / О.Г. Шалар, А.Я. Сочинський // Фізичне виховання в школах України: науково-методичний журнал – 2012. – №6(42). – С. 32–39
10. Шалар О.Г. Програма секційної (гурткової) роботи з легкої атлетики [Текст] / О.Г. Шалар, А.Я. Сочинський // Фізичне виховання в школах України: науково-методичний журнал – 2013. – №9(57). – С. 28–37
11. Шалар О.Г., Рогачов Ю.В., Череповська Г.О. Роль і місце фізичних вправ у оздоровленні школярів / О.Г. Шалар, Ю.В. Рогачов, Г.О. Череповська // Збірник статей, тез і доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Філософія здоров'я – здоровий спосіб життя – здорова нація» / за заг. ред.. Берегової Г.Д., Рупташ Н.В.. – Херсон: ДВНЗ «ХДАУ», 2018. – С. 270–273.

УДК796.011.3(477)

Сергій Юськів

**ЗМІСТ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
КАФЕДРИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Сучасна державна політика в сфері освіти повинна приділяти серйозну увагу здоров'ю студентської молоді, заняттям в спортивних секціях з різних видів спорту [1,2], оволодінням комп'ютерними технологіями [3,4,5] з метою

вдосконалення фізичної підготовленості та умінням розробляти власну індивідуальну систему оздоровлення та фізичної підготовки [6,7]. Викладачам кафедри фізичного виховання потрібно приділяти особливу увагу здоров'язбереженню курсантів, що обумовлено процесами соціокультурного розвитку суспільства. Існує розрив між професійною потребою в підготовці гармонічно розвинених спеціалістів і реальним рівнем їх фізичної підготовки. Традиційні підходи до розробки навчальних та методичних матеріалів в сучасних умовах не дозволяють досягнути рішення задач розвитку мотивації курсантів до збереження і зміцнення свого здоров'я.

Навчально-методичне забезпечення діяльності кафедри буде сприяти розвитку у курсантів мотивації до здоров'язбереження [8,9,10], якщо вона розробляється:

- з урахуванням інтересів курсантів до фізкультурної і спортивної діяльності та готовності викладачів до використання здоров'язберігаючих технологій на заняттях;
- в цілях інтерактивного використання в процесі взаємодій курсантів і викладачів на заняттях фізичного виховання;
- для рішення задач активізації діяльності кафедри по створенню здоров'язберігаючого середовища в академії.

Змістовне наповнення навчально-методичного забезпечення повинно бути утворено слідуючими матеріалами:

- варіативні навчальні програми по дисципліні «Фізичне виховання» для курсантів з різним рівнем здоров'я або фізичної підготовки;
- навчально-методичні матеріали для курсантів по розробці проектів здоров'язберігаючого середовища в академії, які орієнтують їх на ведення здорового способу життя;
- методичні матеріали для викладачів, які допоможуть на основі діагностики стану здоров'я курсантів проводити корекцію навчальної програми дисципліни «Фізичне виховання»;
- діагностичні матеріали для оцінки стану здоров'я курсантів, що включають в якості обов'язкового елемента – методику «паспорт здоров'я» для систематичного ведення паспорта здоров'я кожним курсантом, як засобу зворотнього зв'язку на заняттях фізичного виховання;
- документи, які регламентують організацію освітнього процесу на основі представлення можливості вибору кожним курсантом виду спорту для занять фізичного виховання, у тому числі підтримка занять курсантами нетрадиційних видів спорту;
- документи, які регламентують організацію груп спортивного вдосконалення по видам спорту, проведення спортивних змагань і Спартакіади в академії;
- програма підвищення кваліфікації викладачів кафедри по проблемам здоров'язбереження, використання здоров'язберігаючих технологій в освітньому процесі і створення здоров'язберігаючого середовища у вузі.

Таким чином, якщо навчально-методичне забезпечення діяльності кафедри буде розроблено з урахуванням вище перелічених документів, то

результатом буде розвиток у курсантів мотивації до здоров'язбереження та формування компетентності здоров'язбереження, яка розкривається через наступні складові:

- визнання курсантами цінностей власного здоров'я;
- знання курсантами ролі фізичного виховання та спорту в розвитку адаптаційних резервів організму, особливостей впливу нетрадиційних видів спорту на організм людини, методів і засобів оздоровлення, основ особистої гігієни, як технології здоров'язбереження;
- вміння курсантів встановлювати взаємодію з викладачем з метою розробки індивідуальної програми підтримки і зміцнення здоров'я, а також володіння практичними навичками розвитку рухової активності;
- володіння курсантами навичками виявлення резервів свого організму,
- організації активного дозвілля та підтримки рухового режиму з використанням різних видів рухової діяльності, а також використання знань про побудову режиму дня та правил особистої гігієни, як технології здоров'язбереження в повсякденній життєдіяльності;
- готовність студентів мотивувати інших на здоровий спосіб життя.

Список використаних джерел:

1. Шалар О., Марущак Ю., Гузар В. Методика формування індивідуального стилю змагальної діяльності юних тайських боксерів. *Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку*: матеріали XXIV Всеукр. наук.-практ. конф. Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Харків: ФОП Озеров Г.В., 2018, 276–281.
2. Годлевський П.М., Саратовський О.В. Рукопашний бій в професійній діяльності курсантів Херсонської державної морської академії. *Єдиноборства*, Харків: ХДАФК, 2019, 1 (11), 24–38.
3. Гузар В. Про необхідність автоматизації інформаційного забезпечення фізичної культури і спорту. *Педагогічні науки*, 1999, 10, 316–322.
4. Гузарь В.Н. Психолого-педагогічні особливості комп'ютеризації галузі фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001, 7, 7–13.
5. Гузарь В.Н. Використання комп'ютерної техніки у галузі фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001, 8, 10–17.
6. Гузарь В. Інформаційні потреби посадових осіб у галузі фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорт*, 2001, 9, 13–21.
7. Гузарь В. Автоматизована обробка інформації з фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001, 10, 6–11.
8. Юськів С.М. Особливості формування інтересу та мотивації до занять з фізичного виховання. *Філософські обрії сьогодення*: матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф., Херсон, ХДАУ, 2018, 136–141.
9. Гузар В.М., Юськів С.М. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів засобами спеціалізованих рухливих ігор. *Спортивні ігри*. Харків: ХДАФК, 2019, 2 (12), 13–22. <http://doi.org/10.5281/zenodo.2544951>
10. Гузар В.М. Компетентнісний підхід у фізичному вихованні як ефективний шлях зміцнення здоров'я курсантів. *Медико-біологічні проблеми фізичного виховання різних груп населення, ерготерапії, інклюзивної та спеціальної освіти*: матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. Луцьк, 2019, 40–42.