

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

**77-ї наукової конференції професорів,
викладачів, наукових працівників,
аспірантів та студентів університету**

ТОМ 2

16 травня – 22 травня 2025 р.

Побудова тренувального процесу у більярдному спорті на етапі попередньої базової підготовки має бути спрямована на всебічний розвиток спортсмена з урахуванням вікових, психофізіологічних особливостей і рівня підготовленості. Комплексне поєднання технічних, фізичних, тактичних і психологічних компонентів дозволяє сформувати надійний фундамент для подальшої спеціалізованої підготовки і спортивного зростання.

Література:

1. Ільїн В. В. Підготовка висококваліфікованих більярдистів до головних змагань макроциклу. *Спортивна наука України: наук. журн. / Львівський держ. ун-т фіз. культури імені Івана Боберського. Львів, 2022. Вип. 1(97). С. 82–88.*

2. Бондаренко А. Ю., Тимчик М. П. Особливості побудови тренувального процесу спортсменів з більярдного спорту. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту: наук. журн. / Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. К., 2020. № 3. С. 45–49.*

3. Горбачук В. Психофізіологічна підготовка спортсменів більярдного спорту на початковому етапі. *Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць. Х.: ХДАФК, 2023. Вип. 45. С. 112–116.*

УДК 378.147:613:796

*Йона Т. В., аспірантка,
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ МАГІСТРІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

У сучасному освітньому середовищі питання збереження та зміцнення здоров'я особистості набуває особливої значущості. В умовах збільшення психоемоційного навантаження, гіподинамії, цифрової залежності та соціальних викликів саме вища освіта має відігравати ключову роль у формуванні усвідомленого ставлення молоді до здорового способу життя. Особливої уваги ці завдання набувають у підготовці майбутніх магістрів спеціальності А7 «Фізична культура і спорт», які у своїй подальшій професійній діяльності виступатимуть провідниками ідей здоров'язбереження у суспільстві [1].

Для майбутніх магістрів фізичної культури і спорту, які самі є об'єктами інтенсивної фізичної підготовки і в подальшому працюватимуть з різними категоріями населення, опанування здоров'язбережувальних технологій є не лише корисним, а й професійно необхідним.

Здоров'язбережувальні технології – це цілісна система методів, засобів і організаційно-педагогічних заходів, спрямованих на формування

культури здоров'я, профілактику захворювань, підтримання високої працездатності та загального психофізичного стану особистості [2].

Сучасні здоров'язбережувальні технології в освітньому процесі магістерської підготовки фахівців з фізичної культури та спорту реалізуються через низку взаємопов'язаних напрямів: організація навчального процесу з урахуванням безпечних умов, активізація пізнавальної діяльності студентів, цілеспрямована виховна робота, а також впровадження профільних (предметних) технологій у тренерській та освітній практиці.

Аналіз сучасних підходів до здоров'язбереження у вищій освіті дозволяє виокремити такі групи технологій:

- технології створення безпечного та здорового освітнього середовища;
- методики раціональної організації навчально-виховного процесу;
- інструменти оптимізації фізичного та психоемоційного навантаження відповідно до індивідуальних можливостей студентів;
- оздоровчі технології, спрямовані на підтримку і розвиток фізичного, психічного та соціального здоров'я.

Ключова мета впровадження цих технологій у підготовку магістрів фізичної культури полягає у формуванні в них цілісної професійної компетентності, що відповідає вимогам освітньо-професійної програми та орієнтована на здоров'язбереження як базову цінність [3].

Майбутній магістр фізичної культури і спорту повинен враховувати різнопланові чинники, що негативно впливають на стан здоров'я молоді:

1. Низький рівень культури здоров'я в українському суспільстві, відсутність сталих мотиваційних орієнтирів на збереження здоров'я.
2. Звужене тлумачення поняття «здоров'я» без урахування його психічної, соціальної та духовної складових.
3. Негативний вплив екологічної ситуації, шкідливих звичок, харчових ризиків, забруднення довкілля.
4. Антропогенні загрози, включаючи інформаційне перевантаження, стресові фактори та психологічну нестабільність серед молоді.
5. Недосконалість законодавчої та нормативно-правової бази в частині здоров'язбереження у сфері вищої освіти та спорту.

Компетентнісний підхід, покладений в основу професійної підготовки магістрів, забезпечує формування відповідального ставлення до здоров'я та готовності працювати в умовах оздоровчого освітнього середовища [4].

Під здоров'язбережувальною компетентністю магістра фізичної культури слід розуміти інтегровану якість особистості, яка охоплює:

- мотиваційний компонент (усвідомлення значення здоров'я в професії);
- когнітивний компонент (системне знання з валеології, медицини, спортивної педагогіки);

- діяльнісний компонент (уміння впроваджувати технології оздоровлення у навчальний і тренувальний процес).

Високий рівень сформованості цих компонентів свідчить про здатність майбутнього фахівця підтримувати власне здоров'я та сприяти оздоровленню інших – учнів, студентів, спортсменів.

Зміст підготовки магістра повинен забезпечувати розвиток таких здоров'язбережувальних компетенцій, як:

- створення безпечного та ефективного освітньо-тренувального середовища;

- діагностика й моніторинг фізичного та психоемоційного стану спортсменів;

- застосування методик профілактики травматизму та професійного вигорання;

- формування позитивної мотивації до здорового способу життя у вихованців.

У підготовці магістра з фізичної культури та спорту особлива увага приділяється створенню сприятливого освітнього середовища, де здоров'я розглядається не лише як біологічна, а й соціокультурна та професійна цінність. Майбутній фахівець має бути носієм культури здоров'я, здатним інтегрувати здоров'язбережувальні принципи у всі напрями своєї діяльності – педагогічну, тренерську, наукову, методичну та виховну.

Формування готовності до реалізації здоров'язбережувальних технологій є ключовою умовою професійного становлення сучасного магістра з фізичної культури і спорту. Така підготовка має бути міждисциплінарною, інтегрованою, орієнтованою на практику та спрямованою на формування здоров'язбережувального мислення як невід'ємної складової професійної компетентності.

Таким чином, здоров'язбережувальні технології відіграють ключову роль у підготовці висококваліфікованих, усвідомлених, компетентних фахівців фізичної культури і спорту, здатних не лише досягати результатів, але й забезпечувати гармонійний, безпечний та сталий розвиток особистості у спорті та житті.

Література:

1. Ващенко О. М. *Методика організації здоров'язбережувального освітнього середовища початкової школи* / Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота: зб. наук. праць / гол. ред. І. В. Козубовська. Ужгород: Говерла, 2014. Вип. 32. С. 34–36.

2. Ковальчук О. В. *Методика формування здоров'язбережувальних компетентностей у студентів педагогічних ЗВО* / Педагогічна освіта: теорія і практика, 2024. № 2 (40). С. 120–126.

3. Рибалко Л. М. *Напрями модернізації професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту в умовах воєнного стану* / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2024, 3К(176), 404–409.

4. Яворська О. В. Студент як суб'єкт здоров'язбережувального освітнього середовища: формування відповідального ставлення до здоров'я / Вісник Львівського університету. Серія педагогічна, 2024. Вип. 40. С. 59–65.

УДК 372.878:796:355.02(477)

Караван Є. В., асистент,
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

СПЕЦИФІКА ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У сучасних умовах воєнного стану в Україні освіта постає перед новими викликами, що вимагають переосмислення та адаптації традиційних форм і методів навчання, зокрема у сфері фізичного виховання. Учні початкової школи – одна з найбільш уразливих категорій, як у фізичному, так і в емоційно-психологічному сенсі. У зв'язку з цим питання збереження і підтримки їхнього здоров'я, фізичного стану, розвитку рухових навичок і психоемоційної рівноваги набуває особливої актуальності.

У воєнний час освітній процес у початкових класах зазнає змін, пов'язаних із безпечними ризиками: повітряними тривогами, необхідністю евакуації в укриття, дистанційною формою навчання тощо. Усе це безпосередньо впливає на структуру і зміст уроків фізичної культури.

Основні особливості організації занять з фізичного виховання в умовах воєнного стану:

1. Адаптація навчального простору:

Заняття можуть проводитися не у спортивній залі, а й в укриттях, коридорах або класах. Це потребує зміни наповнення уроку: перевага надається вправам з малою амплітудою рухів, розвитком гнучкості, координації, статичної сили.

2. Психоемоційна підтримка:

Фізичне виховання повинно виконувати ще й психотерапевтичну функцію. Доцільно впроваджувати рухливі ігри, командну взаємодію, вправи на релаксацію (дихальні вправи, візуалізація), що допомагають дітям справлятися зі страхами та стресом.

3. Безпека – пріоритет № 1:

Педагоги повинні включати в уроки елементи поведінки у надзвичайних ситуаціях: швидке реагування на сигнали тривоги,