

УДК 37. 018: 796

**TECHNOLOGICAL APPROACH TO THE ORGANIZATION AND CONDUCT OF PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES OF THE FUTURE SPECIALIST IN PHYSICAL CULTURE****ТЕХНОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ДО ОРГАНІЗАЦІЇ І ПРОВЕДЕННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ****Karasievych S. /Карасевич С.А.***Ph.D,as.prof./к.пед.н., доцент,**Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University**Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини***Karasievych M. /Карасевич М.П.***teacher, master /викладач**KZ "Uman Humanitarian-Pedagogical College named after Taras Shevchenko"**Heavenly Hundred, 33, 20300**КЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний фаховий коледж ім.Т.Г. Шевченка» вул.Небесної сотні, 33, 20300*

**Анотація.** У статті визначено переваги фізкультурно-спортивної діяльності майбутнього фахівця фізичної культури. Запропоновано класифікаційну схему форм занять в різних сферах фізкультурно-спортивної практики. Охарактеризовано підходи до тлумачення фізкультурно-спортивної діяльності та її особливості. Визначено педагогічний зміст технології організації і проведення фізкультурно-спортивної діяльності майбутнього фахівця фізичної культури.

**Ключові слова:** фізкультурно-спортивна діяльність, студент.

**Abstract.** The article defines the advantages of physical culture and sports activities for the future physical culture specialist. A classification scheme of forms of classes in various spheres of physical culture and sports practice is proposed. Approaches to the interpretation of physical culture and sports activities and their peculiarities are characterized. The pedagogical content of the technology of organizing and conducting physical culture and sports activities of the future physical culture specialist is defined.

**Keywords:** physical culture and sports activity, student.

**Вступ.**

Сутність перетворення змісту фізичної культури в спортивну полягає в переміщенні акценту з навчання фізичним вправам на збалансований вплив на рухову і психічну функції, на інтелектуальні та фізичні якості, спортивні здібності особистості.

**Основний текст.**

Аналіз літературних джерел, які вивчають проблему фізичної культури, дозволяє визначити *тренерську діяльність майбутнього фахівця* як педагогічно організований процес розвитку фізичних якостей, методики змагальної діяльності, рухової активності з використанням фізичних вправ, що виконуються в певній послідовності, спрямованих на відновлення психофізичного стану, підготовки до змагань, командної підготовки, медичного забезпечення тощо.

Спортивна діяльність – заходи, що здійснюються суб'єктами сфери фізичної культури і спорту для розвитку спорту.

Спортивна діяльність – це спеціальна діяльність в певному виді спорту.

Якості, які виробляються в її процесі, залежать від особливостей виду спорту і спрямовані на:

- точність і техніку виконання;
- тимчасові, просторові чи силові параметри виконання;
- узгодженість дій;
- вимоги одночасно до декількох видів;
- активізацію психічної діяльності особистості в різних напрямках.

Отже, спортивна діяльність – обґрунтована діяльність тренера-педагога, спрямована на створення умов, що дозволяють молодому поколінню досягти максимально можливого спортивного результату в навчально-тренувальному процесі та спортивних змаганнях.

Фізкультурно-спортивна діяльність – більш повно відображає предметно-ціннісний, діяльнісний та результативний зміст фізкультурної діяльності, що забезпечує широкий спектр задоволення потреб особистості в освіті, вихованні, оздоровленні та розвитку. Її спрямованість не обмежується розвитком і вдосконаленням рухових здібностей особистості, а виконує гігієнічну, реабілітаційну, професійно-прикладну, пізнавальну, ціннісно-орієнтаційну, естетичну та інші функції [3].

Фізкультурна діяльність і спортивна діяльність відображає основну спрямованість тренерської діяльності на досягнення певного рівня фізичного вдосконалення, що відображається в спортивних показниках, нормативах, які виявляються в системі спортивних змагань.

*Переваги фізкультурно-спортивної діяльності* полягають в тому, що:

- вона є ціннісно-значущою;
- формує навички напруженої праці, великі фізичні навантаження;
- готують студента до подолання труднощів;
- сприяють розвитку морально-вольових якостей;
- розвиває якості особистості, необхідні в будь-якому іншому виді діяльності, в тому числі і навчально-пізнавальної (вміння зосередитися на досягненні мети; концентрацію і стійкість уваги, моторний інтелект тощо);
- дає можливість студенту набути навичок самостійно координувати свої дії, нести відповідальність не тільки за свої дії, але і за дії колективу – команди [1].

Фізичні заняття під час занять та під час позакласної роботи з фізичного виховання в закладах освіти розглядаються як фізкультурно-оздоровчі заходи, а позааудиторну роботу з фізичного виховання як самодіяльну фізкультурно-спортивну роботу.

Виділяють класифікаційну схему окремих форм занять в різних сферах фізкультурно-спортивної практики: урочні форми занять і форми занять позаурочного типу:

1) *великі форми занять*:

- розгорнуті форми самодіяльних занять (індивідуальні, групові) фізкультурно-кондиційного або спортивно-тренувального характеру;
- змагальні форми організації занять – власне спортивні та подібні до

них фізкультурно-спортивні змагання;

- фізкультурно-спортивні форми занять, які мають характер розширеного відпочинку (великі рухливі зміни, спортивно-ігрові заняття вільного регламенту, самостійні туристські походи у вихідні дні тощо);

2) *малі форми занять* (типові для нетривалих серій фізичних вправ в повсякденному режимі дня) :

- гімнастика;
- фізкультпаузи;
- фізкультхвилинки;
- загальногігієнічні сеанси зарядки в режимі дня [3].

Л. Матвєєв, С. Мельніков вважають, що систему взаємопов'язаних *форм організації фізкультурно-спортивної діяльності складають*:

- 1) заняття фізичної культури;
- 2) фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня закладу освіти;
- 3) позакласна спортивно-масова робота (заняття в гуртках фізичної культури, групах загальної фізичної підготовки, спортивні секції, спортивні змагання, туристські походи);
- 4) позашкільна фізкультурно-оздоровча та спортивно-масова робота (заняття за місцем проживання, в дитячо-юнацьких спортивних школах, на дитячих туристських станціях, в спортивних товариствах);
- 5) самостійні заняття фізичними вправами в сім'ї[3].

Залучення студентів до щоденних занять фізичними вправами сприяє усвідомленню значення фізкультурно-спортивної роботи в режимі навчального дня, позакласної та позашкільної фізкультурно-спортивної роботи.

Сутнісні характеристики тлумачення фізкультурно-спортивної діяльності та її особливості визначають *підходи*:

- ❖ які розглядають фізкультурно-спортивну діяльність як сполучну ланку між працею і вільним часом людини. Для профілактики фізичного тренування і патологічних змін в стані здоров'я студентів велике значення мають фізкультурно-спортивні заходи, що систематично проводяться в режимі навчального дня і під час самостійної роботи;
- ❖ у здійсненні фізкультурно-спортивної діяльності з здобувачами освіти, які спираються на знання, ідеї, концепції і орієнтири;
- ❖ які розглядають організаційно-управлінські аспекти та соціально значущі результати фізкультурно-спортивної діяльності;
- ❖ які виділяють вільну, обрану за бажанням діяльність, відзначаючи повну свободу вибору видів, форм, засобів, змісту занять, часу, місця та їх тривалості, свободу вибору партнерів, необов'язковість регламентації і обліку фізичної підготовленості особистості [2].

Вільний регламент фізкультурно-спортивної діяльності можливий лише за умови, що навантаження на особистість помірні, не супроводжуються вираженим стомленням або виснажливим впливом, а зміст узгоджується між учасниками цієї діяльності.

На думку С. Жумагамбетова, І. Манжелей, Н. Назарової, В. Находкіна, В. Філіна, З. Черних *фізкультурно-спортивна діяльність*:

- ✓ є чинником і умовою морально-вольового розвитку особистості;
- ✓ забезпечує формування та розвиток ціннісних орієнтацій, на основі яких виховуються морально-вольові якості (завзятість, самовладання, громадська ініціатива, почуття обов'язку і відповідальності перед колективом і одногрупниками тощо) і готовність до активної спільної діяльності в колективі;
- ✓ є цілеспрямованою соціальною діяльністю, що вирішує протиріччя між актуальним і потенційним рівнем фізкультурної досконалості через задоволення особистісних і суспільно значущих потреб студента в умовах різних форм соціальних відносин[5].

Фізкультурно-спортивна діяльність – це освітня галузь, що забезпечує здоровий і гармонійний розвиток особистості та її ефективну самореалізацію в суспільстві. Вона виступає комплексним засобом її гармонійного розвитку, сприяючи отриманню додаткових знань, умінь, формування відносин до предметного середовища, до людей, до себе, накопичення досвіду здорового способу життя [1].

Технологія організації і проведення фізкультурно-спортивної діяльності має педагогічний зміст:

- формування у майбутніх фахівців фізичної культури потреби у заняттях фізкультурою і спортом та зміцнення фізичних сил і здоров'я;
- збагачення їх системою знань про сутність і суспільне значення фізкультури і спорту та їх вплив на всебічний розвиток особистості;
- формування у майбутніх фахівців фізичної культури санітарно-гігієнічних навичок організації праці і розумного відпочинку, правильного чергування розумових занять з фізичними вправами і різноманітною практичною діяльністю;
- розвиток у них фізичних здібностей і прагнення до занять різними видами фізкультури і спорту.

**Висновки.** Фізкультурно-спортивна діяльність – комплексний засіб, який сприяє задоволенню соціально і особистісно значущих фізкультурно-спортивних потреб, мотивації і цілепокладання через реалізацію розумових і моторних дій, що супроводжуються оцінкою, корекцією і переживанням певних відносин до процесу та результатів цієї діяльності майбутніх вчителів.

Отже, фізкультурно-спортивна діяльність майбутніх фахівців фізичної культури спрямована на формування здорової, активної, фізично досконалої людини, компетентного фахівця-тренера, підготовленого до майбутньої професійної діяльності.

### Література:

1. Карасевич С. А. Особливості фізкультурно-спортивної діяльності в аспекті підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna*. 2017. Т. XVI, Nr. 3. S. 109–124.

2. Карасевич С. А. Формування у майбутнього вчителя фізичної культури вмінь і навичок фізкультурно-спортивної діяльності. *Ключові аспекти розвитку сучасної науки: міжнар. наук.-практ. конф.: матеріали* (Ужгород, 27 лют. 2017 р.). Одеса: Друкарня «Друкарник», 2017. Т. 2. С.31–36.

3. Клопов Р. В. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту із застосуванням інформаційних технологій: теорія і практика: монографія / за ред. С. О. Сисоєвої. Запоріжжя: Вид-во Запорізького нац. ун-ту, 2010. 386 с.

4. Книга вчителя фізичної культури: довідково-методичне видання / упор. С. І. Операйло, А. І. Ільченко, В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова. Харків: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2005. 464 с.