

комплекси вправ для ефективного використання цього інноваційного обладнання.

**Висновки:** тренування з цим обладнанням покращує роботу серцево-судинної системи, підвищує витривалість, збалансовує роботу всіх органів і систем, підвищує гнучкість, тонізує м'язи, сприяє втраті зайвої ваги.

#### **Література:**

1. Ким Н.К. Фитнес и аэробика / Н.К. Ким. – М., 2000. – С. 25–29.
2. <http://www.sport-4health.com/funk-trening.php>

*Науковий керівник – Данільченко Ю.В., викладач кафедри фізичного виховання*

**Блистів Тарас**

*Львівський державний університет фізичної культури,  
м. Львів, Україна*

### **ОСОБЛИВОСТІ ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНОЇ ПРОГРАМИ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ТУРИЗМУ (НА ПРИКЛАДІ ЛДУФК)**

**Актуальність.** Вирішальною умовою становлення держави у сьогоденні є розвиток її економіки. Політику держави доцільно зосередити на потенційно перспективних напрямках розвитку, зокрема сфери туризму та туристичного обслуговування. За умов динамічного розвитку туризму як царини бізнесу, його оздоровча, освітня та виховна складові залишаються за межами уваги держави. Як зауважують В. Федорченко, А. Конох, на сучасному етапі розвиток туризму залежить від якості підготовки фахівців сучасного європейського освітнього рівня, що відповідають запитам ринку праці у туристичному обслуговуванні.

**Мета роботи:** висвітлення досвіду підготовки фахівців напрямку «Туризм» для сфери активного відпочинку і дозвілля, мандрівок з активними способами пересування, а також їх виховної та педагогічної діяльності за обраним фахом.

**Результати досліджень.** На кафедрі туризму Львівського державного університету фізичної культури згідно ліцензії Міністерства освіти та науки, молоді і спорту України на стаціонарній та заочній формі навчання здійснюється підготовка фахівців напрямку «Туризм»: освітньо-кваліфікаційний рівень

(ОКР) – бакалавр, спеціаліст, магістр. Зміст навчальних і навчальних робочих програм усіх дисциплін за ОПП відповідає вимогам держстандарту освіти, який передбачає обов'язкову та варіативну частину. З огляду на більш ніж 60-літню історію, ЛДУФК є лідером у підготовці фахівців фізкультурно-спортивного спрямування, має потужний професорсько-викладацький склад, достатню матеріально-технічну базу та ідеальні умови для практичного навчання студентів з огляду на вигідне географічне розташування (Карпатський регіон, де сконцентровані природні гірські, ландшафтні, курортні ресурси). Окрім дисциплін обов'язкової частини стандарту освіти, послідовність викладання спецкурсів передбачає набуття теоретичних знань та практичних навичок туристсько-спортивної роботи, ознайомлення з організацією і проведенням туристських походів та змагань з пішохідного, водного, велосипедного, гірського туризму. У освітньо-професійну програму підготовки фахівців з туризму у ЛДУФК для спеціалізованого туристсько-спортивного навчання були включені: спецкурси «Підвищення туристсько-спортивної майстерності», «Організація і методика проведення туристських походів» та програми навчальних практик – «Навчально-туристична», «Літній табірний збір», «Зимовий туризм».

**Висновки.** Якість підготовки фахівців для сфери туризму залежить від змісту навчання, зокрема введення у освітньо-професійну програму спецкурсів, що передбачають засвоєння теоретичних знань та практичних навичок із організації подорожей з активними способами пересування, активного відпочинку та дозвілля, зокрема «Краєзнавчо-туристична діяльність», «Організація туристичних таборів», «Спортивний туризм», «Діяльність туристських самодіяльних організацій». На нашу думку, здобутий випускниками системи туристичних ВНЗ досвід оздоровчої, виховної та педагогічної діяльності збільшать шанси на працевлаштування у високо конкурентному середовищі туристичного бізнесу.

#### **Література:**

1. Федорченко В.К. Теоретичні та методичні засади підготовки фахівців для сфери туризму / В.К. Федорченко. – К.: Слово, 2004. – 465 с.

2. Конох А.П. Актуальні проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців із спортивно-оздоровчого туризму у вищих навчальних закладах // А.П. Конох / Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, ХДАДМ (ХХП). – 2005. – № 22. – С. 162 – 167.

*Науковий керівник – Жданова О.М., к.пед.н., професор кафедри рекреації та оздоровчої фізичної культури*

**Гринчук-Клименкова Валерія**

*Національний університет фізичного виховання і спорту  
України, г. Київ, Україна*

### **ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ В ОБРАЗЕ ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

**Актуальность.** В настоящее время экспериментальные данные убедительно подтвердили что, регулярные занятия двигательной активностью и физическая подготовленность позволяют снизить риск ишемической болезни сердца, гипертензии, ожирения и диабета типа II, а также улучшить эмоциональное здоровье, снизить риск остеопороза [1]. Поскольку перечисленные выше факторы представляют собой основные причины заболеваемости и смертности в современном обществе, двигательная активность и физическая подготовленность могут оказать огромное влияние на здоровье населения. Этот потенциал преумножается еще и тем фактом, что необходимо в своей повседневной жизни заниматься физическими упражнениями в объеме, достаточном, чтобы воспользоваться всем, что они могут дать. В настоящее время, несмотря на огромное внимание к факторам образа жизни учащейся молодежи, судя по количеству опубликованных результатов исследований, основной акцент делается на констатации фактов «неведения» здорового образа жизни старшеклассниками и студентами [2, 3].

**Целью работы** является выявление места двигательной активности в образе жизни современной студенческой молодежи.

**Результаты исследования.** Нами проанализированы данные касающиеся образа жизни студентов. В современном цивилизованном обществе большинство из них ведут сидячий образ жизни, что по статистическим данным приводит к