



VIVERE!
VINCERE!
CREARE!

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний авіаційний університет
Гуманітарний інститут

СУЧАСНІ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ

Матеріали
IV Міжнародної науково-практичної
конференції студентів, аспірантів і
молодих учених,
присвяченій
Всесвітньому Дню авіації і
Космонавтики

16-17 квітня 2015 р.

ТОМ I

Київ 2015

УДК 796.035 (08)(43.2)
ББК ч51я431
С 916

*Затверджено науково-методично редакційною радою
Гуманітарного інституту Національного авіаційного
університету (протокол № 7 від 6 квітня 2015 р.)*

С 916 Сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні студентів: Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції студентів, аспірантів і молодих учених. / За заг. ред. В.В. Білецької. – Т. I. – К.: НАУ, 2015. – 82 с.

Містить тези доповідей учасників IV Міжнародної науково-практичної конференції студентів, аспірантів і молодих учених «Сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні студентів» (16-17 квітня, 2015 р.). Розглянуто актуальні питання використання фітнес-програм і технологій в процесі фізичного виховання, методичні особливості спортивної підготовки, раціонального застосування засобів рекреації і масового спорту, методики проведення занять з фізичної реабілітації студентської молоді.

Надані матеріали представлено в авторській редакції.

Редакційна колегія:

Білецька В.В. – доцент кафедри фізичного виховання Національного авіаційного університету, канд. наук з фіз.вих. і спорту, доцент

Усачов Ю.О. – доцент кафедри фізичного виховання Національного авіаційного університету, канд.пед.наук, доцент

Ясько Л.В. - доцент кафедри фізичного виховання Національного авіаційного університету, канд.наук з фіз. вих. і спорту, доцент

© Національний авіаційний університет, 2015

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ	7
Базченко Анна	
РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА	7
Гончарова Наталья, Прокопенко Анастасія, Марховський Дмитрій	
РОЛЬ ПЕДАГОГА В УПРАВЛЕННІ ПРОЦЕСОМ ФІЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАННЯ	8
Громова Юлія	
МОТИВАЦІЯ - ЧО НАМИ ДВИЖЕТ?	10
Жачко Жанна	
ОБҐРУНТУВАННЯ НЕОБХІДНОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ЯК ЗАСОБУ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	12
Іванова Олена	
ПЛАВАННЯ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ	14
Іщенко Олеся	
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ПІДЛІТКІВ РІЗНОГО ВІКУ ТА СТАТІ.....	15
Качан Олексій, Писаренко Герман, Подолянко Сергій	
СОЦІАЛІЗАЦІЯ УЧНІВ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	17
Кузьменко Ольга, Єфанова Анастасія	
ВПЛИВ АЕРОБІКИ НА ОРГАНІЗМ СТУДЕНТА	18
Мамаєв Денис	
БОДІБЛІДІНГ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ	19
Мионов Юрій	
БОКС КАК СРЕДСТВО ФІЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАННЯ СТУДЕНТОВ.....	21
Найдін Владислав, Луцков Олександр	
ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УКРАЇНІ	22
Осняков Андрій	
ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ В УМОВАХ ОСОБИСТОЇ МОТИВОВАНОСТІ І ПРОФЕСІЙНОГО ВИКЛАДАЦЬКОГО ФАКТОРУ	24

рухової діяльності протягом дня, оволодіння необхідними гігієнічними навиками, а також системою знань про шляхи збереження і зміцнення здоров'я, покращення працездатності, розуміння суті фізичного виховання, його соціального значення і місця в суспільстві.

Висновки. Згідно задач фізичного виховання у студентів формується ряд якостей особистості, такі як, наприклад, цілеспрямованість та витривалість. Так, бажання підняти свій престиж, досягнути власної мети переважає у більшості студентів, які займаються індивідуальними видами спорту. Це приводить до формування впевненості у власних силах, вміння бачити перед собою конкретно визначену мету і досягати її, хоча в багатьох випадках це сприяє розвитку егоїзму, замкнутості. Студенти, у яких основним видом занять є командні види спорту, більше спрямовують свої інтереси на взаємодію з партнерами, взаємодопомогу і підтримку, на співвідношення свого внутрішнього «Я», своїх власних потреб з навколишнім середовищем і оточуючими людьми.

Наук. керівник – Ясько Л.В., к.н.ФВіС, доцент кафедри фізичного виховання

Гончарова Наталья, Прокопенко Анастасия, Марховский Дмитрий
*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
г. Киев, Украина*

РОЛЬ ПЕДАГОГА В УПРАВЛЕНИИ ПРОЦЕССОМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Актуальность. Педагог – ключевая фигура учебно-воспитательного процесса, человек, который по профессии должен открывать молодой генерации глубины наук, жизненную мудрость, передавать навыки деятельности. От него зависит развитие личности и прочность основ общества [2].

Анализ научно-методической литературы и передового опыта показывает, что одной из серьезных проблем современного образования является недостаточный уровень подготовленности преподавателя физической культуры для работы в условиях, которые требуют самостоятельного принятия оптимальных решений [3]. Поэтому формирование способности педагога к управлению физкультурно-оздоровительной деятельностью является неотъемлемым компонентом его деятельности и требует детального исследования.

Цель. Изучить и проанализировать деятельность педагога в управлении процессом физического воспитания.

Результаты исследований. Педагогический процесс можно представить как процесс управления. В общем виде, это будет проявляться в том, что педагог (субъект управления) на основе

определенной информации, влияет на занимающихся (объект управления), для того, чтобы в них произошли какие-то позитивные изменения, направлены на достижение поставленных целей и решения конкретных задач.

Научные выводы К.В. Локшина доказывают, что педагогу, который реализует себя, как полноценный субъект управления необходимы знания современных подходов к управлению, умение обучать объект управления, способность к оперативному решению сложных вопросов, кроме того, требует наличия способностей управлять собой и воздействовать на других, четкая личная цель [1].

Однако, если специалист имеет необходимые знания, умения, навыки и не имеет способностей управлять физкультурно-оздоровительной деятельностью, в связи с отсутствием внутреннего мотива, то нельзя говорить о полноценном выполнении ним профессиональных обязанностей.

Структура деятельности педагога, по управлению физкультурно-оздоровительным процессом, предусматривает ряд последовательных действий с обоснованием педагогических задач, планированием физкультурно-оздоровительного процесса, учетом индивидуальных особенностей учеников, их мотивов и интересов к данному виду деятельности, постоянный контроль эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности, принятие управленческих решений для устранения недостатков в работе.

Выводы. Деятельность педагога постоянно требует решение педагогических задач, этот процесс должен сопровождаться адекватным для данной ситуации достижением педагогической цели. Построение механизмов достижения педагогической цели требует реализации педагогическим работником функции управления физкультурно-оздоровительным процессом, проявления его педагогического мастерства.

Литература:

1. Локшин К.В. Формирование управленческой готовности будущего менеджера физической культуры при обучении специальным дисциплинам: дисс....канд. пед. наук / К.В. Локшин. – Сургут, 2008. – 175 с.
2. Мешко Г.М. Вступ до педагогічної професії : навч. посібник / Г.М. Мешко. – К.: Академвидав, 2010. – 200 с.
3. Романова К.Е. Методическая система формирования и развития педагогического мастерства будущих учителей: автореф. дис.... д-ра пед. наук.: спец. 13.00.08 / Романова К.Е.; Шуйский гос. пед. ун-т. – Шуя, 2010. – 45с.