

CANICROSS – the breeder creates a dog pulling a runner; they are connected by a rope with a shock absorber.

PULKA – is a type of flat sledges with two drawbars connected by a rollbar between which 1-4 dogs are clipped, and a skier's rope is attached to the rope.

ROLLPULKA – is a variation of canicross. It is a two-wheeled trolley with two drawbars as in a pulley. The competitor runs connected by a rope with a shock absorber with a rollpulka.

Dancing with a dog - a competition that you do not need to translate.

On the disciplines described, the fun does not end – you can run the imagination remembering that the contact with the dog heightens the level of endorphins, which gives physical effort.

Бабич Н. Л., к.фіз.вих., доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії

*Національний університет*

*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;*

Дубінін С. І., д.мед.н., професор кафедри фізичної терапії та ерготерапії

*Національний університет*

*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ГІГІЄНА» В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ БАКАЛАВРІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»**

Навчальна дисципліна «Гігієна» віднесена до дисциплін медико-біологічного циклу, які є основою базової професіоналізації майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту. Готовність до пропаганди та реалізації ідей здорового способу життя, основних гігієнічних методів, принципів, вимог у процесі фізичного виховання та спорту є невід'ємним компонентом професійної компетентності майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту [1–3].

Студенти 1 курсу не завжди чітко уявляють роль і місце гігієни у їхній майбутній професійній діяльності, а також її взаємозв'язок з дисциплінами спеціалізації. Тому у процесі розробки методичного забезпечення навчальної дисципліни «Гігієна» необхідно враховувати взаємоузгодженість теоретичної і практичної підготовки, орієнтацію змісту навчального матеріалу на майбутню професійну діяльність та чіткі міждисциплінарні зв'язки з професійно-орієнтованими дисциплінами.

Навчальна дисципліна «Гігієна» є базовою для вивчення усіх наступних дисциплін циклу професійної підготовки: біомеханіки, теорії та методики фізичного виховання, спортивної метрології, спортивних споруд і обладнання, загальної теорії підготовки спортсменів, сучасних фітнес-технологій, теорії і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності та ін.

*Метою навчальної дисципліни* визначено – сформувати у майбутнього фахівця необхідні та достатні знання, уміння й навички використання гігієнічних методів, засобів норм та вимог у практиці фізичного виховання,

спорту та рекреації. Дисципліна спрямована на опанування студентами здатності дотримуватися санітарно-гігієнічних норм під час навчально-тренувального процесу; на дотримання правил техніки безпеки проведення занять; забезпечення профілактики травматизму та надання долікарської допомоги спортсменам при виникненні у них невідкладних станів під час/або у зв'язку із тренуваннями; формування розуміння та вміння використовувати в практичній діяльності знання анатомо-морфологічних, фізіологічних, біохімічних, психологічних особливостей формування адаптації організму спортсмена до фізичних навантажень різної спрямованості; впливу спортивної діяльності на стан спортсменів (з урахуванням їх статі, віку, рівня фізичного стану та інших особливостей).

Вивчення навчальної дисципліни «Гігієна» забезпечує формування як загальних, так і фахових компетентностей у здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, зокрема:

ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

ФК 5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

ФК 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

Відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» дисципліна «Гігієна» є вибірковою. Всього на дисципліну відведено 120 год/4 кредити (лекції – 20 год., практичні заняття – 22 год., самостійна робота – 78 год.). Підсумковим контролем вивчення дисципліни є залік. За структурою навчальної дисципліни передбачено розподіл тем за двома змістовими модулями: ЗМ 1 «Гігієна фізичного виховання», ЗМ 2 «Гігієна спорту». Лекції та практичні заняття розроблені за допомогою мультимедійних форм представлення інформації, в яких тексти поєднуються з графіками, схемами, таблицями, малюнками, що, безсумнівно, сприяє засвоєнню студентами навчального матеріалу на більш високому рівні. Практичні заняття проводяться за такою схемою: перевірка вхідного рівня знань студентів (усне опитування), виконання практичного завдання відповідно до робочої програми дисципліни, перевірка вихідного рівня знань студентів (письмове тестування). Самостійна робота студентів становить 78 год. і спрямована на опрацювання навчального матеріалу, який не увійшов до теоретичних занять (лекцій).

Результатом вивчення дисципліни «Гігієна» має стати сформований світогляд студента, центром якого є ідеї здорового способу життя, застосування гігієнічних факторів з метою збереження та зміцнення здоров'я індивіда. Серцевиною такого світогляду є відповідальність за здоров'я людини у процесі професійної діяльності.

## Література

1. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Х.: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.
2. Пашко К. О., Попович Д. В., Лотоцька О. В. Гігієна у фізичній реабілітації. Тернопіль: Укрмедкнига, 2019 360 с.
3. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): [монографія]. Запоріжжя: Запорізький державний університет, 2003. 442 с.

Баштовенко О. А., к.біол.н., доцент,  
завідувач кафедри фізичної культури, біології та основ здоров'я  
*Ізмаїльський державний Гуманітарний університет*

## ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ЗДІЙСНЕННЯ STEM-ОСВІТИ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Сучасний світ перетворився на високо інформативне суспільство, технології якого надають нові можливості для освітнього процесу. Постійні виклики для викладачів, учнів та їх батьків набули особливого загострення під час карантинних заходів у дистанційному навчанні.

Але з наступного року, незважаючи на формат освіти, школа починає з 5 класу навчання за положеннями Нової української школи. А отже нові часи вимагають підготовки учителя не тільки для здійснення особливого підходу до навчально-виховного процесу, а й безупинного самовдосконалення, навчання впродовж життя для постійного розвитку, готовності до змін, знаходження нових підходів та практик. Настав час для опанування новою фізичною культурою, навчанням за технологіями «перегорнутих класів», вправ критичного мислення, інтерактивних уроків, уроків – досліджень, інтегрованих курсів.

Правильна побудова уроку фізичної культури це розмова не тільки про спорт, а про спосіб життя. Рухові навички, ігри, змагання, це лише частина тієї великої роботи для здійснення розвитку людини, а особливо дитини. Спортивні елементи є невід'ємною складовою частиною кожного уроку, але як саме ввести фізичну культуру до життя кожного учня?

Відповідь на це питання дадуть конкурентоспроможні, висококваліфіковані фахівці, здатні здійснювати процес навчання та виховання за технологіями STEM-освіти.

STEM-освіта (Science, Technology, Engineering, Math, що перекладається як наука, технології, інженерія та математика). Освіта за такої технології вимагає навичок, що включають різні і набагато складніші технічно поняття, потребують застосування наукових понять біологічного, математичного спрямування і забезпечують можливості до більш широкого працевлаштування та професійного зростання.

STEM-освіта формує критичне мислення та навички дослідницької діяльності, створює умови збалансованого гармонійного запровадження освіти,