

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського  
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»  
Чорноморський національний університет імені Петра Могили  
Львівський національний університет імені Івана Франка  
Українська медична стоматологічна академія  
Харківська гуманітарно-педагогічна академія  
Гомельський державний університет імені Ф. Скоріни (Білорусь)  
Lithuanian Sports University (Lithuania)  
Nicolaus Copernicus University (Poland)  
University of Strasbourg (France)

# **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Збірник матеріалів I Всеукраїнської науково-практичної  
Інтернет-конференції з міжнародною участю

*02 грудня 2020 року*

# **CURRENT ISSUES OF PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION**

Collection of materials of the I All-Ukrainian Scientific and  
Practical conferences with international participation

*December 02, 2020*

Полтава, 2020

їхньої гендерної ідентичності; в професійному й особистому досвіді статево-рольової взаємодії; участь у виконанні дій та видів діяльності, що є типовими й нетиповими для чоловічих і жіночих ролей; самовиховання якостей своєї особистості, що сприяють становленню гендерної ідентичності позитивної спрямованості, що відповідає біологічній статі.

Науковці вказують на те, що освіта – найважливіший інститут соціалізації взагалі та гендерної соціалізації зокрема. Під час навчання учні отримують різноманітні уроки гендерних відносин. Освітні заклади визначають наші можливості особистісного, громадського та професійного вибору. Сама організація освіти, за висновками фахівців, як і пануючі тут гендерні ролі, вбудовують в нас модель традиційного життя диктуючи жіночі та чоловічі статусні позиції.

#### *Література*

1. Мунтян І.С. *О перспективах развития в Украине идей гендерной педагогики (на примеренаучного творчества профессора В.П. Кравца). Проблема личности в современной науке: результаты та перспективи досліджень / Матеріали. міжнар. наук.-практ. конф. студентів та молодих науковців. – Одеса, 2005. – С. 148-149.*

2. Сьмьордова К. В. *Вплив агентів соціалізації на формування гендерної ідентичності підлітків: матеріали Всеук. студ. науково-практичної конф. [«Соціально-педагогічні аспекти збереження та зміцнення здоров'я дітей та молоді України»], (Мелітополь. 12–13 квіт. 2007 р.). – Мелітополь, 2007. – С. 70–76.*

3. Терзи Ф. Ф. *Об опыте методического обеспечения процесса формирования гендерной культуры студента в техническом вузе // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д.Ушинського: Зб. наук. праць. – Одеса: ПДПУ ім. К.Д.Ушинського. – 2005. – Вип. 7-8. – С.101-107.*

Т.В. Йопа, старший викладач  
кафедри фізичної культури та спорту  
Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»

### **ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У НАВЧАННІ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»**

Узагальнення наукових розвідок (О. Іванова, Л. Лубишева, А. Магльований та ін.) указує на те, що систематичні заняття фізичними вправами зміцнюють здоров'я студентської молоді, підвищують їх стресостійкість, а також підтримують фізичну й розумову працездатність [1]. Усе це значною мірою сприяє підвищенню успішності студентів. Водночас, у наукових висновках Б. Буліч, О. Дубогай, О. Дрозд та ін. знаходимо підтвердження того, що наразі спостерігається стійке погіршення стану здоров'я студентської молоді. Виявляється загальна закономірність збільшення захворювань серцево-судинної і дихальної

систем, погіршення функціональних резервів організму, зниження рівня фізичної підготовки [4].

Це підтверджує доцільність застосування диференційованого підходу в процесі фізичного виховання студентів технічних спеціальностей. Переваги диференційованого підходу до навчання в своїх працях охарактеризували видатні учені й педагоги, а саме: К. Ушинський, В. Єднак, І. Муравов, Ю. Новицький, Ж. Холодов та ін. В наукових дослідженнях В. Ареф'єва, Л. Дворецького, Т. Круцевич, Т. Петровської, А. Фурмана та ін.

Цей підхід розглядається як компонент управління навчанням, в якому під час розподілу студентів на групи пропонується враховувати не лише рівень фізичного розвитку, а й психологічні особливості, функціональні можливості, вид спортивної спеціалізації тощо [2; 3]. Основна мета при цьому полягає в оптимізації навчального процесу, обґрунтуванні методики занять для розвитку провідних або відстаючих фізичних якостей.

З огляду на це виникає об'єктивна потреба в реалізації диференційованого підходу до організації навчання студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з дисципліни «Фізичне виховання».

*Мета* нашого дослідження – обґрунтувати доцільність реалізації диференційованого підходу у навчанні студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з дисципліни «Фізичне виховання».

Пояснимо, що *диференційований підхід* у фізичному вихованні – це реалізація тренером або педагогом виховних завдань відповідно до віку, статі, стану здоров'я, рівня навченості, рухової активності студентів.

Цей підхід полягає спочатку в вивченні рівня соматичного здоров'я і фізичного розвитку тих, хто займається, а потім у підборі найбільш сприятливих умов розвитку через пропонувані фізичні вправи (Б. Леко, О. Малімон та ін.). Це дасть змогу кожному студенту працювати в оптимальному режимі й досягати оздоровчого ефекту внаслідок занять фізичними вправами.

У процесі формувального експерименту заняття із фізичного виховання в контрольній групі проводились за традиційними методиками, а в експериментальній групі зміст занять формувався з урахуванням індивідуальних, вікових і статевих особливостей студентів під час зміни комплексу вправ, рівня навантаженості тощо. Унаслідок проведених досліджень встановлено, що використання диференційованого підходу до фізичного виховання студентів позитивно впливає на стан здоров'я, самопочуття, про що свідчать показники фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентів (табл. 1).

Таблиця 1

**Порівняльна оцінка морфофункціональних показників студентів технічних спеціальностей до і після експерименту**

Тести	Етапи дослідження	ЕГ (n=30)	КГ (n=32)	Достовірність різниці
Маса тіла (кг)	До експерименту Після експерименту	69,8 68,5	70,1 72,7	<0,05 >0,05
ЖЕЛ (мл)	До експерименту Після експерименту	3640,31 3943,54	3721,80 3708,36	<0,05 >0,05
ЧСС в стані спокою (уд. за хв..)	До експерименту Після експерименту	80 76	81 82	<0,05 >0,05
Біг на 100 м (с)	До експерименту Після експерименту	14,3 13,67	13,8 13,94	<0,05 >0,05
Підтігування на перекладині (разів)	До експерименту Після експерименту	9 11	10 9	<0,05 >0,05
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см)	До експерименту Після експерименту	40,9 48,3	41,6 41,5	<0,05 >0,05

Підсумовуючи вищевикладене, маємо підстави вважати, що реалізація диференційованого підходу в навчання студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з дисципліни «Фізичне виховання» сприяє збереженню і зміцненню здоров'я студентів технічних спеціальностей та підвищенню рівня їх фізичної підготовленості.

*Література*

1. Лєко Б. А. Диференціація фізичного виховання у ВНЗ – шлях до спорту для всіх // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : Зб. наук. праць. – Харків : ХАДМ, 2003. – №2. – С. 101 – 112.
2. Круцевич Т. Ю. Научные подходы к определению нормативов физической подготовленности школьников и студентов. Современный Олимпийский и Паралимпийский спорт и спорт для всех : материалы XII Междунар. науч. конгресс. – М., 2008. – Т. 3 – С. 129–130.
3. Романенко В. В. Вплив різних режимів рухової активності на фізичний стан студенток вищих навчальних закладів гуманітарного профілю : Автореф. Дис.. канд. наук з фіз. вих. і спорту. – Львів, 2003. – 26 с.
4. Турчина Н. І. Сучасні особливості педагогічного процесу фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів технічного профілю і рекомендації щодо його вдосконалення / Н. І. Турчина // Здоровий спосіб життя: зб. наук. ст. – Львів : ЛДУФК, 2007. – № 22. – С. 45–53.