

## АНОТАЦІЯ

**Мельник С.А. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів будівельних спеціальностей у закладах фахової передвищої освіти. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт. – Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка Міністерства освіти і науки України, Суми, 2021.

### *Зміст анотації*

Дисертаційне дослідження присвячене проблемі професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) студентів будівельних спеціальностей у закладах фахової передвищої освіти.

За результатами узагальнення наукових пошуків представлено сучасні уявлення про ППФП у системі вищої освіти, подано загальну характеристику специфіки професійної діяльності фахівців будівельних спеціальностей та вимоги їх професійної підготовки, проаналізовано роль, мету і завдання ППФП студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти, а також визначено методологічні основи ППФП студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти.

У процесі термінологічного аналізу встановлено, що під ППФП слід розуміти специфічну частину фізичного виховання особистості, завдяки якій формуються прикладні знання, фізичні якості і спеціальні уміння та навички для успішної реалізації людини в обраній професійній діяльності.

Показано, що у фаховій літературі з фізичного виховання не вміщено достатньо обґрунтованих педагогічних рекомендацій щодо застосування в освітньому процесі фізичних вправ і видів спорту, оптимальних для студентів будівельних спеціальностей.

Встановлено незадовільний стан системи ППФП у закладах освіти, причинами чого є: зниження інтересу студентів до занять фізичною культурою і спортом; незадовільний рівень фізичної підготовленості студентської молоді; тенденції до ослаблення здоров'я абітурієнтів тощо.

Виділено професійно важливі фізичні якості (здібності) для фахівців будівельних спеціальностей, які слід формувати у процесі ППФП: витривалість (переважно у динамічній роботі); координаційні та інші рухові здібності; різнопланові рухові навички; стійкість організму до мінливості погодних умов; здібність зберігати рівновагу тіла на вузькій та нестійкій опорі чи в незвичних робочих позах; стійкість функцій сенсорного контролю; самоконтроль.

За результатами узагальнення науково-педагогічних розвідок обґрунтовано методологічні підходи для успішної ППФП студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти: особистісний, діяльнісний, системно-структурний, компетентнісний, культурологічний та аксіологічний.

Доведено потребу обґрунтування програми фізичного виховання студентів будівельних спеціальностей, реалізація якої уможливить розвиток професійно важливих фізичних якостей та стану їх фізичної підготовленості в умовах професійної підготовки.

Експериментальне дослідження проведено у чотири етапи.

На *першому етапі* (листопад 2018 – січень 2019 рр.) вивчено теоретичний стан розробленості проблеми дослідження: здійснено аналіз та узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури і документальних матеріалів; визначено мету, завдання, науковий апарат дослідження; дібрано інструментарій для кількісного аналізу емпіричних результатів експериментального дослідження (анкети, тести, діагностичні методики, інвентар та обладнання).

На *другому етапі* (січень 2019 – серпень 2019 рр.) вивчено практичний досвід реалізації ППФП та проведено аналіз програм фізичного виховання студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти.

На *третьому етапі* (вересень 2019 – серпень 2020 рр.) розроблено структуру та зміст програми ППФП студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти та проведено педагогічний експеримент з метою перевірки ефективності авторської програми.

На *четвертому етапі* (вересень 2020 – січень 2021 рр.) зібрано емпіричні дані та проведено статистичне опрацювання результатів педагогічного експерименту, узагальнено результати та здійснено відповідну їх інтерпретацію.

За результатами анкетування студентів засвідчено переважно малорухливий спосіб життя студентів, значна їх кількість має часті та хронічні захворювання переважно із дихальною системою. Третина опитаних відчуває часту втомлюваність, сонливість та загальну слабкість. Підтверджено, що студенти недостатньо обізнані щодо засобів ефективного відновлення працездатності після робочого дня.

Визначено мету програми ППФП студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти – сформувати гармонійно розвинену, високодуховну і високоморальну особистість, кваліфікованого фахівця-будівельника, котрий оволодів стійкими знаннями і навичками у сфері фізичної культури та здоров'язбереження.

Завдання програми є сформувати в майбутніх фахівців будівельних спеціальностей:

- ціннісне ставлення до здоров'я, розвивати інтерес і мотивацію до його збереження;
- систему знань про фізичну культуру, здоров'я та ЗСЖ;
- здатність до оволодіння основними методами діагностики рівня здоров'я та уміннями підтримувати ЗСЖ;
- індивідуальні фізичні та психологічні якості, що важливі для майбутньої професійної діяльності.

Зміст програми доповнено навчальним матеріалом про: збереження здоров'я та значення фізичної культури (підготовки) у професійній діяльності фахівців будівельного профілю, профілактиці захворюваності й реабілітації; особливості фізичної підготовки фахівців будівельного сектору різної спеціалізації; систему медичних знань для фахівців будівельного сектору з оздоровчими технологіями; систему ППФП фахівців будівельного сектору, що сприяє підвищенню працездатності.

У зміст навчальної дисципліни додано теми: «Валеологічні технології», «Фізична підготовка – складник професійної підготовки майбутніх фахівців будівельного профілю», «Організація і методика проведення спеціальної фізичної підготовки», «Заходи та прийоми застосування спеціальних засобів», «Фізичні якості людини», «Розвиток фізичних якостей», «Прийоми самострахування», «Захисні дії та прийоми боротьби», «Подолання смуги перешкод», «Способи плавання і надання допомоги потопуючому».

Під час ППФП студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти використано такі аудиторні форми організації навчання та відповідні їм методи навчання: проблемні лекції, лекції-бінари, лекції-настанови, лекції з помилками, міждисциплінарні семінари, семінари-ділові ігри, семінари-прес-конференції, навчально-тренувальні заняття. Серед специфічних методів ППФП виокремлені: дидактичне оповідання, демонстрація, практичний метод, ілюстрація, метод ситуативних завдань, ігрові методи, активні методи тощо. Обов'язковим компонентом програми виступили: окремі види легкої атлетики, легкоатлетичні і спортивні естафети, спортивні ігри, коригуюча гімнастика для очей, дихальна гімнастика, психологічна саморегуляція, психом'язове тренування. Набув широкого використання комплекс вправ з гантелями.

За результатами проведеного експерименту встановлено, що авторська програма ППФП студентів будівельних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти має більш продуктивний вплив на показники мотиваційної

сфери студентів до занять фізичною культурою і спортом, рівень їх теоретичних знань про користь занять фізичною культурою і спортом та ЗСЖ, стан дихальної та серцево-судинної систем студентів, рівень їх фізичної підготовленості та стан самопочуття і емоційної сфери.

*У роботі уперше:*

– теоретично й експериментально обґрунтовано експериментальну програму ППФП студентів будівельних спеціальностей у закладах фахової передвищої освіти;

- систематизовано форми, засоби та методи ППФП студентів будівельних спеціальностей у закладах фахової передвищої освіти;

– розроблено систему вправ для розвитку фізичних якостей студентів будівельних спеціальностей у закладах фахової передвищої освіти.

*Підтверджено:*

- дані про значний вплив ППФП на результати підготовки фахівця;

- результати про низький рівень мотивації студентів до занять фізичною культурою.

*Доповнено:*

- дані про важливість рівня мотивації та його вплив на регулювання рухової активності людини;

- про рівень фізичного здоров'я студентської молоді;

- щодо показників фізичної підготовленості студентів.

*Набули подальшого розвитку:*

- кількісні та якісні дані про рівень теоретичних знань з фізичної культури; кількісні дані про рівень стану біогеометричного профілю постави.

*Ключові слова:* професійно-прикладна фізична підготовка, студенти будівельних спеціальностей, заклади фахової передвищої освіти, програма фізичного виховання, професійно важливі якості.

## СПИСОК НАУКОВИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### *Статті у фахових виданнях України*

1. Дерека Т. Г., Мельник С. А. Професійно-прикладна фізична підготовка як ефективний засіб розвитку психофізичної готовності студентів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2020. Вип. 3К (123). С. 135-139.
2. Дерека Т. Г., Мельник С. А. Професіограма фахівців будівельних спеціальностей та стан здоров'я студентів спеціальності «Будівництво та цивільна інженерія». *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2021. Вип. 2 (82). С. 70-75.
3. Мельник С. А. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців будівельних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2021. №2 (54) С. 25-31.

### *Статті у закордонних наукових виданнях*

4. Liannoi, M., Dyshko, O., Melnyk, S., Chckailo, M., Hrybinichenko, A., Liakh, M., & Iliashenko, A. . (2021). Modern sports as an effective means of developing motor skills and the formation of applied skills in higher education. *Laplage in Journal*, 7(Extra-B), p.568-574. <https://doi.org/10.24115/S2446-622020217Extra-B972p.568-574> (Scopus&Web of Science)
5. Мельник С. А., Дерека Т. Г. Вплив засобів, форм та методів авторської програми професійно-прикладної фізичної підготовки на рівень теоретичних знань студентів. *Theoretical-methodological and scientific aspects of physical education: Collective monograph*. Riga, Latvia: "Baltija Publishing", 2021. С. 79-108

### *Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації*

6. **Мельник С.,** Латіна Г. Порівняльна характеристика методики підготовки спортсменів з пауерліфтингу і важкої атлетики. *Неолімпійський спорт: історія, проблеми управління та система підготовки спортсменів:* матеріали I міжрегіональної студентської науково-методичної конференції. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2015. С. 58–63.

7. **Мельник С. А.,** Латіна Г. Л. Оцінка показників центральної гемодинаміки у спортсменів-пауерліфтерів у підготовчому періоді тренувального процесу. *Неолімпійський спорт: історія, проблеми управління та система підготовки спортсменів:* матеріали II Всеукраїнської студентської науково-методичної конференції. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2016. С. 64–68.

8. **Мельник С. А.** Порівняльна характеристика стану вегетативної нервової системи у спортсменів пауерліфтерів та футболістів. *Неолімпійський спорт: історія, проблеми управління та система підготовки спортсменів:* матеріали III Всеукраїнської студентської науково-методичної конференції з міжнародною участю. Дніпро: ДДІФКіС, 2017. С. 84–88.

9. **Мельник С. А.,** Вовк М. Є. Оцінка психофізіологічного статусу спортсменів-пауерліфтерів. *Педагогіка здоров'я:* матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Освіта і здоров'я». Суми. 2017. С. 70 – 74.

10. Леоненко А. В., Красілов А. Д., **Мельник С. А.** Пауерліфтинг як ефективний засіб розвитку особистісних якостей студентів. *Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення:* матеріали XVIII міжнародної науково-практичної конференції молодих учених. Суми. ННІФК СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2018. С. 253–256.

11. Томенко О. А., **Мельник С. А.** Особливості професійно важливих якостей у представників будівельних професій. *Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення:* матеріали XIX міжнародної науково-

практичної конференції молодих учених. Суми. ННІФК СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. С. 118-122.

12. **Мельник С. А.,** Дерека Т. Г. Професіографування фахівців будівельних спеціальностей. *Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення: матеріали XX міжнародної науково-практичної конференції молодих учених.* Суми. ННІФК СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2020. С. 192–197.

13. Дерека Т. Г., **Мельник С. А.** Професіографічний аналіз діяльності фахівців будівельних спеціальностей. *Підготовка фахівців з фізичної культури та фізичної реабілітації на сучасному етапі: проблеми теорії та практики: матеріали міжнародної науково-практичної конференції.* Київ. Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, 2020. С. 36-39.

#### *Навчальні посібники*

14. **Мельник С. А.,** Дерека Т. Г. Теоретичні засади професійно-прикладної фізичної підготовки студентів закладів фахової передвищої освіти: навчальний посібник. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2020. 120 с.