

нижніх кутів лопаток) і фізичної підготовленості (силової витривалості м'язів тулуба; силової витривалості м'язів верхніх кінцівок і спини; гнучкості хребетного стовпа, рухливості тазостегнових суглобів і еластичності підколінних сухожилів; статичної рівноваги тіла) студентів. Складовою частиною розробленої технології є педагогічний контроль, що дозволяє спостерігати, вимірювати та оцінювати показники біогеометричного профілю постави, гоніометрії тіла а також фізичної підготовленості студентів у процесі фізичного виховання. Оцінка результатів впровадження запропонованої технології проводилася відповідно до критеріїв ефективності.

Проведений експеримент підтвердив ефективність технології корекції порушень постави студентів з урахуванням рівня стану біогеометричного профілю, що дає нам всі підстави рекомендувати її для використання в процесі фізичного виховання вищих навчальних закладів.

**ПЕРСПЕКТИВА ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ** полягає у розробці технології корекції фіксованих порушень ОРА студентів спеціальних медичних груп у процесі фізичного виховання з урахуванням рівня стану її біогеометричного профілю.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Альошина А. І. Профілактика й корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей та молоді у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / А. І. Альошина; НУФВСУ. – К., 2016. – 40 с.
2. Дудко М. В. Профілактика порушень біогеометричного профілю постави студентів у процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / М. В. Дудко. – К., 2016. – 20 с.
3. Дутчак М. В. Парадигма оздоровчої рухової активності: теоретичне обґрунтування і практичне застосування / М. В. Дутчак // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К.: Олімпійська література. – 2015.– №2. – С. 44-52.
4. Кашуба В. А. Биомеханика осанки / В. А. Кашуба. – К., 2003. – 248 с.
5. Кашуба В.А. К вопросу использования инновационных технологий формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания / В.А. Кашуба, С.М. Футорный, М.В. Дудко // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова : зб. наук.пр./ ред. Г. М. Арзютов ; МОН України, НПУ ім. М. П. Драгоманова. – К., 2015. – Вип. 8(63). – С. 28-32.
6. Кашуба В.А. Технология профилактики нарушений осанки студентов в процессе физического воспитания / В.А. Кашуба, М.В. Дудко // Наука и спорт: современные тенденции. – Казань, 2016. – №2. –С. 24-31.
7. Колос М. А. Типологічні особливості постави студентів молодших та старших курсів Національного університету державної податкової служби України / М. А. Колос, І. Й. Малинський, В. В. Яременко // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова : зб. наук.пр. / ред. Г. М. Арзютов ; МОН України
8. Круцевич Т. Ю. Контроль фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді / Т. Ю. Круцевич, Г. М. Безверхня, М. І. Воробйов (Україна). – № 53036 ; опубл. 11.01.2014 ; Бюл. № 1.
9. Acevedo E. Exercise Testing and Prescription Lab Manual / E. Acevedo, M. Starks // Human Kinetics. –2011. – 168 p.
10. Broekhoff T. The effects of physical activity on physical growth and development. The effect of physical activity on children / T. Broekhoff // Human Kinetics. – 1986. – P. 75-87.
11. Compatibility of Chairs and Tables in Computer Laboratory to the Students' Body Dimension / A. M. Pagcaliwagan, M. K. E. Alvar, J. K. V. Mapa, A. B. Tarcelo, M. A. L. Marasigan // Academic Research International. – 2013. – № 4(4). – P. 133-140.
12. Futorny S. Actual issues of improving the process of student's physical education through the application of modern health-saving technologies / Sergii Futorny // Молодіжний наук. Вісник Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Л. Українки. – Луцьк, 2014. – Вип. 14. –С. 26-30.
13. Futorny S. An Increased Level Students Theoretical Knowledges for Building a Physical Fitness in the Process of Physical Education / Sergii Futorny // Молодіжний наук. вісник Волинського нац. ун-ту ім. Л. Українки. – Луцьк, 2012. – Вип. 8. –С. 25-27.
14. Healthy lifestyle behaviour in university students and influential factors in eastern Turkey / R. Hacıhasanoglu, A. Yıldırım, P. Karakurt, R. Saglam // International Journal of Nursing Practice. – 2011. – № 17. –P. 43-51.
15. Hookin Fu Frank. An overview of health fitness studies of Hong Kong residents from 2005 to 2011 / Frank Hookin Fu, Linxuan Guo, Yanpeng Zang // Journal of Exercise Science & Fitness. – 2012. – Vol. 10, № 2. –P. 45-63.
16. Warburton D. E. Health benefits of physical activity: the evidence / D. E. Warburton, C. W. Nicol, S. S. Bredin // Canad. Med. Ass. J. – 2006. – № 174(6). – P. 801-809.

УДК 378.091.33-051:796(73)

*Мединський Сергій Володимирович  
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича  
м. Чернівці*

#### ЗМІСТОВЕ НАПОВНЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ В США

*У статті розглянуто структуру та змістове наповнення навчальних програм, що використовуються у США при підготовці бакалаврів галузі фізичного виховання і спорту. Охарактеризовано основні блоки дисциплін: загальної освіти, галузі знань, академічної спеціалізації.*

**Ключові слова:** бакалавр, фізичне виховання, спорт, академічна спеціалізація, блоки дисциплін, США.

**Аннотация. Медынский С. В. Содержательное наполнение профессиональной подготовки специалистов физического воспитания и спорта в США.** В статье рассмотрена структура и содержательное наполнение учебных планов, используемых в США при подготовке бакалавров физического воспитания и спорта. Охарактеризованы основные блоки дисциплин: общего образования, отрасли знаний, академической специализации.

**Ключевые слова:** бакалавр, физическое воспитание, спорт, академическая специализация, блоки дисциплин, США.

**Annotation. Medynski S.V. CONTENT OF THE BACHELOR'S STUDY IN AREA OF FITNESS, RECREATION AND LEISURE STUDIES IN USA.**

Significant changes in American higher education aimed the radical transformation of universities and higher education and primarily related to the curriculum. The curriculum includes goals for student learning; sequence which provides training concept; contents and list of subjects that students study; teaching methods and activities; evaluation methods and more.

Traditional study program in physical education and sport in the United States usually consists of the following degree component: General Education; Pre-major (Area of Study Core Curriculum, Lower Division); Major.

The General Education program generally sequentially introduces students to the mastery of academic skills that will provide graduates with an understanding of self, the physical world, the development and functioning of human society, and its cultural and artistic endeavors, as well as an understanding of the methodologies, value systems, and thought processes employed in human inquiries. General Education offers students broad knowledge beyond the focus of the major, as well as exposure to the rich diversity of the human experience. These courses are designed to provide the knowledge, skills, experiences, and perspectives that will enable students to expand their capacities to take part in a wide range of human interests and activities; to confront personal, moral, and social problems that are an inevitable part of human life; and to cultivate both the requisite skills and enthusiasm for lifelong learning.

Pre-major is a set of courses designed to address a range of learning outcomes that require students to satisfy prerequisites before being admitted to the major. Courses are belonging to the area of study Fitness, Recreation and Leisure Studies, which is going to operate future specialist. This block attribute group basic disciplines of professional orientation specialists in physical education and sports, namely teaching, coaching, instructor, health and rehabilitation and management areas. It includes a large number of academic disciplines and their combinations and interdisciplinary subjects.

An academic major is the academic discipline to which an undergraduate student formally commits. The major provides in-depth study in the fields in which an institution awards a degree our case – Fitness, Recreation and Leisure Studies. The major, on the other hand, is the depth component, providing the student with: terms, concepts, ideas, and events pertinent to the field; models, frameworks, genres, theories, and themes that link phenomena and give them meaning; methods of research and modes of inquiry appropriate to the area of study; criteria for arriving at a conclusion or making generalizations about that which is studied.

**Key words:** bachelor, physical education, sports, major, courses, USA.

**Постановка проблеми.** Протягом останнього десятиліття відбулися в цілому та в університетських навчальних програма, зокрема. Ці зміни відбулися завдяки розробкам, спрямованими на радикальне трансформування університетів та вищої освіти та перш за все пов'язані з навчальним планом (Curriculum).

Згідно інформації асоціації Американських коледжів навчальний план є формальною програмою для навчання студентів в здобутті вищої освіти. Термін, в широкому сенсі, включає в себе: цілі для навчання студентів (знання, уміння і навички); зміст, перелік дисциплін, що опановують студенти; послідовність, порядок в якому представлена навчальна концепція; навчальні методи та види діяльності; навчальні ресурси (матеріал і завдання); оцінювання, методи, що використовуються для оцінки успішності студентів як результату навчання.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Ф. М. Хайварда визначає, що у навчальних закладах США навчально-виховний процес організовується за навчальним планом. Власне поняття навчального плану асоціюється із академічним навчанням та професійною підготовкою у вищих навчальних закладах, з моменту своєї появи у 16 столітті. У США в навчальних планах викладено форми та зміст бакалаврських програм починаючи з Гарвардського коледжу з 1636 року. Навчальні плани є дуже важливими для студентів, оскільки за їх допомогою вони можуть розуміти що вони вивчають та з якою метою. Простими словами, будь-яка навчальна програма являє собою академічний план, детальну концепцію розвитку студента в процесі навчання [2, с. 15-16].

Дж. Л. Ратсліф, характеризуючи навчальні плани вищих навчальних закладів відмічає, що вони складаються із дисциплін загальної освіти (набираючи при цьому 37,6 % від загальної частки дисциплін необхідних для здобуття диплому бакалавра), академічної спеціалізації та виборних дисциплін. Причина для такої конфігурації полягає у тому, щоб забезпечити широту знань студентів через розподілення вимог до предметів та глибину їх вивчення. Елементами які змінилися стали цілі навчання, акцент у яких змістився від знання фактів та концептів (те що студенти знають) до широко визначених компетенцій (що студенти можуть зробити на практиці виходячи із їхніх теоретичних знань) щоб гарантувати, що випускники мають навички необхідні громадянам 21 століття [3, с. 150-159].

Нами визначено, що професійна підготовка фахівців фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки здійснюється за 12 академічними спеціалізаціями (бакалаврськими програмами) [1, с. 130].

**Мета та завдання роботи.** Визначити специфіку та охарактеризувати характерні складові навчальних планів підготовки фахівців фізичного виховання і спорту у США.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У своєму дослідженні ми відмічаємо, що традиційна програма підготовки фахівців фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки зазвичай складається з наступних блоків

дисциплін: загальної освіти; галузі знань; академічної спеціалізації.

*Блок дисциплін загальної освіти* це група дисциплін, розроблена, щоб забезпечувати основу для навчання та розвитку практичних умінь і навичок, які допоможуть студентам досягти успіху в навчанні і професійній діяльності. Головною метою блоку є формування допитливих, освічених і високоморальних громадян, які спрямовані на успіх в майбутньому навчанні і які готові та здатні до ефективної праці у своїх громадах. Основне призначення дисциплін загальної освіти – допомогти студентам розвивати знання і навички, необхідні для критичного дослідження, ефективного спілкування, та відповідального способу життя в різноманітних мінливого світу. Традиційно, в університетах та коледжах США до блоку дисциплін загальної освіти відносять:

-природничі науки – спрямовані на вивчення фізичного довкілля та формування навичок операцій щодо вимірювань та засвоєння математичного апарату для аналізу отриманих результатів,

-гуманітарні науки – складаються із компонентів літератури, історії і культури як загалом так і американського суспільства безпосередньо, мови та філософії, основ письма, спілкування, різноманітності творчої діяльності; відповідальності за життя тощо. Вони спрямовані на розвиток у студентів розуміння суті існування людини та людських цінностей як у контексті історичного розвитку, так і у різноманітності світових культур.

-соціологічні та біхевіористські науки – дозволяють студентам зрозуміти суть особистісних, міжособистісних та суспільних чинників, які присутні у житті кожної людини.

Не зважаючи на те, що певні вимоги можуть змінюватися у залежності від різних коледжів та університетів, загальна освіта має ряд характерних особливостей, які властиві усім закладам. Зазвичай загальна освіта не акцентується на практичному знанні та дослідницьких навичках. Сутність загальної освіти полягає у тому, щоб допомогти студентам зрозуміти що вони не є особистостями, які існують окремо від суспільства, а є людьми, які є його складовою.

*Блок дисциплін галузі знань* полягає у вивченні змісту академічної галузі, в якій збирається працювати майбутній фахівець та у освоєнні того як застосувати отримані знання. До цього блоку відносимо групу базових дисциплін фахової спрямованості фахівців фізичного виховання і спорту, а саме: педагогічних, тренерсько-інструкторських, оздоровчо-реабілітаційних та управлінських напрямків. Сюди включаються як велика кількість академічних дисциплін так і їх комбінації та міждисциплінарні дисципліни.

*Блок дисциплін академічної спеціалізації* визначає професійно-фаховий рівень підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту, передбачає оволодіння спеціалізованим обсягом знань умінь і навичок, що формується академічною спеціалізацією та визначається як академічним навчанням так і тривалою практичною підготовкою. До цього блоку ми відносимо дисципліни, що характеризують академічні спеціалізації: фізичне виховання, традиційну та адаптивну педагогіку, кінезіологію, психологію, спортивні тренування, реабілітацію, рекреацію, зміцнення здоров'я, харчування, спортивне адміністрування/менеджмент, адміністрування відпочинку. Окремо зауважимо, що практика (стажування) надає студентам можливість для росту і розвитку практичних навичок. Вона охоплює відповідні аспекти викладання, навчання і вивчення рухової діяльності, фітнес оцінювання, тестування та створення програм тренувань. Крім того, в центрі уваги практик та програм стажування є просвітницька робота щодо здорового способу життя, охорони навколишнього середовища, а також управління і адміністрування клубів та оздоровчих процедур.

#### ВИСНОВКИ

- Розглянуто типову структуру навчальних планів підготовки бакалавра фізичного виховання і спорту у США.
- Охарактеризовано блоки дисциплін загальної освіти, галузі знань, академічної спеціалізації.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Мединский С. В. Определение академических специализаций профессиональной подготовки специалистов физического воспитания и спорта в Соединенных Штатах Америки / С. В. Мединский // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2014. – № 1 (60), ч. 2. – С. 128–131.
2. Hayward F. Internationalization of U.S. Higher Education: Preliminary Status Report 2000 / FRED M. HAYWARD,— Washington, DC: American Council on Education, 2000. – 136 p.
3. Ratcliff J L. The Status of General Education in the Year 2000: Summary of a National Survey / RATCLIFF, JAMES L. Washington, DC: Association of American Colleges and Universities, 2001. – 235 p.

УДК – 796.092.29

*МиценкоЄ.В. МішинС.В.*

*Кіровоградський державний педагогічний Університет ім. Володимира Винниченка  
Кропивницький*

### ЗДІЙСНЕННЯ ПОТОЧНОГО КОНТРОЛЮ УСПІШНОСТІ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІТНЕСУ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

*В роботі піднімається проблема поточного оцінювання студентів на заняттях з фітнесу у вищих навчальних закладах. Зокрема браку обґрунтованих методик для здійснення такого контролю на заняттях з фізичного виховання із застосуванням фітнес-програм. Запропоновано серію вправ для проведення такого оцінювання. Представлені показники успішності в засвоєнні цих вправ студентами, які раніше не займалися фітнесом. Сформульовано практичні рекомендації по застосуванню описаного підходу для контролю успішності на заняттях з фітнесу. Намічено основні напрями подальших досліджень.*

*Ключові слова:* контроль, фітнес, тренування, успішність, оцінювання.