

2. Жорнокуй Ю. М. Цивільно-правова природа корпоративних конфліктів в акціонерних товариствах: дис. ... д-ра юрид. наук : 12.00.03. Харків, 2016. 476 с.
3. Решетникова И. В. Право встречного движения. Посредничество и российский арбитражный процесс. *Медиація и право. Посредничество и примирение*. 2007. № 2 (4). С. 52–56.
4. Калашникова С. И. Медиація в сфере гражданской юрисдикции. М. : Инфотропик Медиа, 2011. 304 с.
5. Яковлев В. Ф. Закон свободного применения. *Медиація и право. Посредничество и примирение*. 2006. № 1. С. 12–16.
6. Толстикова О. М. Развитие института медиації в законодательстве РФ (вопросы теории и практики) // Приватноправове регулювання суспільних відносин: традиції, сучасність, перспектива : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 19–20 квіт. 2012 р.). Київ : Білоцерківдрук, 2013. С. 80–83.

Одержано 22.10.2019

УДК 796/799

Андрій Володимирович ЗАБОРА,

кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент,

професор кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2

Харківського національного університету внутрішніх справ;

 <https://orcid.org/0000-0002-7969-5057>

ІННОВАЦІЙНИЙ АСПЕКТ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗАНЯТТЯХ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

У сучасному суспільстві значна увага приділяється вихованню у людей свідомого ставлення до фізичного розвитку, стану свого здоров'я, адже особистість, яка знає і розуміє користь від регулярних занять фізичною культурою і вміє на практиці реалізувати ці знання, здатна на творчу та активну діяльність.

Модернізація освіти у відповідності до вимог сьогодення та нормативно-правових документів [1] спонукає до пошуку нових освітніх та виховних технологій, до впровадження нетрадиційних (специфічних) форм і методів навчання та виховання. Ці технології [2] та методи навчання [3] спрямовують курсантів (студентів) на краще розуміння навчального матеріалу з дисципліни «Спеціальна фізична підготовка», а також бажання курсантів (студентів) поліпшити свої спортивні досягнення.

Інновація (відновлення, новинка, зміна) – система або елемент педагогічної системи, що дає змогу ефективно вирішувати поставлені завдання, які відповідають прогресивним тенденціям розвитку суспільства. Інноваційна діяльність в аспекті освіти досліджується окремою галуззю педагогіки – інноватикою [4, с. 295–299].

На сучасному етапі розвитку системи освіти значне місце приділяється впровадженню в навчально-виховний процес інноваційних технологій, орієнтованих на перспективу розвитку нетрадиційних форм та систем оздоровлення, що допоможе курсантам (студентам) встановити зв'язки з природою, навчитись керувати своїми емоціями, поведінкою, рухами, досягти гармонії між тілом і духом [5].

Аналізуючи дане питання, ми керувались «Концепцією фізичного виховання в системі освіти України» [6], де вказано основні форми та напрямки роботи викладача фізичного виховання щодо формування у курсантів (студентів) свідомого ставлення до свого здоров'я, зміцнення організму шляхом впровадження фізичних вправ під час занять у навчальному закладі, спортивних секціях, спеціальних медичних групах, на змаганнях різного рівня.

В житті курсантів (студентів) рухова активність повинна бути головним чинником покращення фізичного розвитку. Вона створює необхідні умови для росту та розвитку організму. Загальновідомим є той факт, що навчаючись у школі діти зазнають дефіцит рухової активності, оскільки більшість свого часу присвячують засвоєнню та переробці великого обсягу інформації, в наслідок чого виникає нервово напруження.

Одним із шляхів вирішення цієї проблеми є підвищення уваги до фізичного виховання, пошуку нових форм та засобів навчання, впровадження в навчальний процес інноваційних педагогічних технологій, які дозволяють модернізувати навчально-виховний процес у відповідності до вимог сьогодення.

Практичні заняття зі спеціальної фізичної підготовки, спортивна робота (тренування в спортивних секціях, фізкультурно-оздоровчі заходи та ін.) повинні сприяти поліпшенню психологічного клімату в курсантських (студентських колективах). Проте, як свідчить практика, однією із причин зниження рухової активності сучасної молоді, фахівці називають падіння інтересу до традиційних занять з фізичного виховання. Причиною низької мотивації курсантів (студентів) до занять зі «Спеціальної фізичної підготовки» («Фізичного виховання») є відсутність можливості вибору ними форм занять, ставлення самого викладача до проведення занять та незадоволеність курсантів (студентів) традиційним змістом занять.

Опитування курсантів (студентів) свідчить про те, що під впливом інтенсифікації навчального процесу, вони віддають перевагу проведенню дозвілля, пов'язаному із руховою активністю, а швидше вибирають: комп'ютерні ігри, прослуховування музики, перегляд телепередач, спілкування з друзями в соціальних мережах (та інш.). Таким чином знижується природна потреба в рухах.

Як відомо, молодіжний вік, вважається найбільш складним у процесі росту і розвитку, курсанти (студенти) доволі прискіпливі стосовно ставлення до себе. Це спричиняє можливість скеровувати їхні прагнення до самовдосконалення через заняття фізичними вправами, які допоможуть позбавитися недоліків власної фігури, зайвої ваги, набути правильної постави, звільнитися від почуття неповноцінності.

У відповідності до вище викладеного, виникає актуальність вивчення нових підходів до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в умовах навчального закладу, нових (сучасних) засобів підвищення мотивації до систематичних занять зі «Спеціальної фізичної підготовки», фізичною культурою та спортом в позааудиторний час [7, с. 69–73]. Оскільки традиційні заняття зі «Спеціальної фізичної підготовки» не можуть задовольнити потреби курсантів (студентів) в руховій активності, значна кількість викладачів прибігають до доповнень змісту базової програми, а інколи і до змін, в рамках 10–15 % часу занять. Крім цього, викладачі намагаються побудувати на заняттях навчальний процес так, щоб підвищити інтерес та зацікавленість навчальною дисципліною. Більшість з-них доповнює програму вправами оздоровчої спрямованості, а саме вправами крос фіту, шейпінгу, ритмічної гімнастики, аеробіки та її різновидів: степ-аеробіки, йоги, ігровими видами (баскетбол, волейбол, футбол, регбол), які є масовими та популярними серед молоді.

Видозмінені заняття допомагають підвищити загальний рівень рухової активності студентів, удосконалити функціональну діяльність організму, забезпечити правильний фізичний розвиток, адже саме це важливо для (курсантів) студентів. Для більшості курсантів, які не займаються в спортивних секціях, єдиною формою занять фізичними вправами є заняття з дисципліни «Спеціальна фізична виховання». Однак пропуски занять через хворобу, чергування (та інш.) не є виключенням. Саме тому ми вважаємо доцільним використання інноваційних технологій в освітньому процесі за такими напрямками: заняття ритмічною гімнастикою, аеробікою на заняттях зі «Спеціальної фізичної підготовки», використання елементів ритмічної гімнастики, аеробіки під час фізкультурних пауз (з особами жіночої статі); використання оздоровчих програм для занять з курсантами (студентами) підготовчої та спеціальної медичної групи (ЛФК); організація занять в позааудиторний час в спортивних секціях; підготовка та участь, у спортивних конкурсних програмах; підготовка та участь у змаганнях з різних видів спорту.

Запропоновані нами нестандартні оздоровчі методики повинні характеризуватися простотою та доступністю, можливість легко регулювати фізичні навантаження шляхом підбору вправ, кількості їх повторень та швидкості виконання. Такі заняття спонукають курсантів (студентів) до творчої самостійності, прагнення до самовдосконалення, формування мотивації займатися сучасними оздоровчими технологіями системно. Слід зауважити, що сучасна, правильно підібрана музика, що використовується на заняттях є тією квінтесенцією, від якої багато в чому залежить ефективність і привабливість занять. Музичний ритм організовує рухи, підвищує настрій та позитивні емоції курсантів (студентів), він змушує виконувати рухи енергійніше, що підсилює їх позитивний вплив на організм.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, використання сучасних оздоровчих технологій на заняттях зі «Спеціальної фізичної підготовки» (з курсантами), «Фізичного виховання» (зі студентами) дає змогу викладачу найбільш якісно виконувати одну із важливих вимог до сучасного заняття у поєднанні з освітньою спрямованістю – досягти високої густоти та щільності (компактності, динамічності, емоційності), що стимулює інтерес курсантів (студентів) до занять фізичними вправами.

Перспективи подальших досліджень будуть присвячені проблемами розвитку та удосконалення основних фізичних якостей курсантів на етапі початкового періоду служби.

Список бібліографічних посилань

1. Про вищу освіту : закон України від 01.07.2014 № 1556-VII // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18> (дата звернення: 20.10.2019).
2. Барчуков І.С., Нестеров А. А. Фізична культура і спорт: методологія, теорія, практика. М. : Academia, 2009. 528 с.
3. Харківська А. А. Системний підхід та інновації в сучасній педагогічній науці // Міжнародний науковий вісник : зб. наук. ст. за матеріалами XXVII Міжнар. наук.-практ. конф. (Ужгород – Будапешт, 26–29 листоп. 2013 р) / редкол.: В. І. Смоланка (голова), І. В. Артьомов та ін. Ужгород : ДВНЗ «УжНУ», 2014. Вип. 8 (27). С. 31–35.
4. Бачинська Н. В., Саричев В. І. Основи інноваційних технологій фізичного виховання // Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в сучасних умовах : матеріали регіон. наук.-практ. конф. Дніпропетровськ, 2013. С. 295–299.
5. Кулік І. Г. Оздоровчо-спортивна рекреація і студентська молодь. *Проблеми освіти і науки в університетах: вісник КДУ ім. Михайла Остроградського*. 2010. Вип. 5, № 64, ч. 1. С. 208–210.
6. Про затвердження Концепції розвитку фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України на період до 2020 року : закон України від 13.05.2016 № 257 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0257322-16> (дата звернення: 20.10.2019).
7. Круцевич Т. Ю., Подлесний О. Потребово-мотиваційний підхід до керування фізичним вихованням студентів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2008. № 2. С. 69–73.

Одержано 24.10.2019