

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ А. С. МАКАРЕНКА

ЧЕРНЯВСЬКА ОЛЕНА АНАТОЛІВНА

УДК 378.016:796]:[005.336.2:796.011.1+613] (043.3)

**ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ
МАЙБУТНІХ КВАЛІФІКОВАНИХ РОБІТНИКІВ
У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Спеціальність 13.00.02 – теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Суми – 2021

Дисертацією є рукопис.

Науковий керівник – кандидат педагогічних наук, професор
Шамардіна Галина Миколаївна,
Національний університет
«Запорізька політехніка»,
професор кафедри управління
фізичною культурою та спортом (м. Запоріжжя).

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
Грибан Григорій Петрович,
Житомирський державний університет
імені Івана Франка,
професор кафедри фізичного виховання та
спортивного вдосконалення (м. Житомир);

кандидат педагогічних наук, професор
Школа Олена Миколаївна,
Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-
педагогічна академія» Харківської обласної ради,
завідувач кафедри фізичного виховання
(м. Харків).

Захист відбудеться 21 вересня 2021 року о 13.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 55.053.03 у Сумському державному педагогічному університеті імені А.С. Макаренка Міністерства освіти і науки України за адресою: 40002, м. Суми, вул. Роменська, 87.

З дисертацією можна ознайомитись у науковій бібліотеці Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка Міністерства освіти і науки України за адресою: 40002, Сумська обл., м. Суми, вул. Роменська, 87.

Автореферат розіслано 20 серпня 2021 року.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



О. Ю. Кудріна

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Інтеграція України в європейське і світове співтовариство визначають орієнтацію суспільства на соціалізацію людини та її підготовку до професійної діяльності. Основною метою професійно-технічної освіти є не лише підготовка висококваліфікованого робітника, здатного до якісного виконання професійних функцій, а й виховання особистості, котра усвідомлює свою роль у суспільстві, здатна ефективно мислити і постійно розвиватись, приймати рішення й відповідально ставитись до результатів власної діяльності. Зазначене актуалізує потребу формування професійної компетентності – інтегральної особистісної якості, яка поєднує в собі як знання й уміння з певної галузі, так і навички рефлексії щодо їх упровадження.

Невід'ємним складником професійної компетентності майбутніх кваліфікованих робітників є фізкультурно-оздоровча компетентність, яка уможлиблює підтримку й розвиток психофізичних якостей особистості, важливих для високопродуктивної праці й активного відпочинку, організації і підтримання здорового способу життя, використання сучасних видів рухової активності для забезпечення дозвілля, участь у фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходах тощо. Водночас аналіз навчальних програм фізичної підготовки молоді для закладів професійної (професійно-технічної) освіти (ЗП(ПТ)О) засвідчує зорієнтованість на підтримку наявного фізичного стану майбутніх кваліфікованих робітників і натомість відсутність орієнтації на розвиток знань про відновлення організму та методики його оздоровлення, прагнень здійснювати рухову активність та вести здоровий спосіб життя для успішної професійної діяльності. Наведені чинники актуалізують проблему формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

Нормативною базою дослідження слугують: Закони України «Про освіту» (2017), «Про професійну (професійно-технічну) освіту» (1998 зі змінами); Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (2016); Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року (2020); постанова Верховної Ради України «Про забезпечення сталого розвитку сфери фізичної культури і спорту в Україні в умовах децентралізації влади» (2016); Указ Президента України «Про національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у Новій українській школі» (2020); Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних закладах України» (2005); Концепція підготовки фахівців за дуальною формою здобуття освіти (2018); Концепція реалізації державної політики у сфері професійної (професійно-технічної) освіти «сучасна професійна (професійно-технічна) освіта» на період до 2027 року (2019); Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2024 року (2017); Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року (2021) та інші.

Теоретичну основу дослідження становлять наукові розвідки, в яких представлено:

- упровадження компетентнісного підходу в освіті (В. Байденко, Г. Грибан, Е. Зеєр, І. Зимня, Т. Кристопчук, К. Крутій, А. Маркова, І. Фрумін, А. Хуторський та інші);

- організацію процесу фізичного виховання в закладі професійної (професійно-технічної) освіти (Ю. Козерук, Т. Круцевич, Ю. Курамшин, Г. Шамардіна, Б. Шиян та інші);

- особливості використання професійно-прикладної фізичної підготовки учнівської молоді (В. Белінович, В. Ільїніч, В. Кабачков, О. Каравашкіна, Т. Корзан, Л. Костельна, В. Новосельський, Л. Пилипей, Р. Римик, С. Полієвський та інші);

- формування здоров'язбережувальної компетентності засобами фізичного виховання (О. Бутакова, І. Верблюдов, Д. Воронін, А. Гамаюнова, Л. Духовний, Ю. Лянной, О. Міхєнко, П. Рибалко та інші);

- розвиток окремих професійно важливих якостей майбутніх кваліфікованих робітників (А. Муровицький, О. Немцев, Л. Тропіна, Є. Фролов, А. Яковлев та інші);

- проблеми загальної та спеціальної фізичної підготовки (Л. Волков, М. Линець, В. Лях, Л. Сергієнко, А. Соломонко, О. Томенко, О. Школа та інші).

Водночас, як засвідчили результати аналізу наукових джерел, науково-методичних матеріалів і рекомендацій стосовно оновлення змісту, упровадження засобів і методів фізичного виховання здобувачів освіти загалом, у науково-методичній літературі в галузі ФКіС відсутні напрацювання з організації ефективного процесу формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. На підставі результатів вивчення наукових праць та практичного педагогічного досвіду виявлено низку актуальних *суперечностей*:

- між запитом суспільства на фізично підготовлених кваліфікованих робітників та усталеними програмами їх фізичної підготовки, що зорієнтовані значною мірою лише на підтримку наявного фізичного стану молоді і не враховують потребу формування в них знань та вмінь щодо відновлення організму, ведення здорового способу життя тощо;

- між орієнтованістю освітніх програм професійної підготовки кваліфікованих робітників на формування в них професійної компетентності та фрагментарним представленням серед освітніх результатів фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників;

- між необхідністю формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників на етапі їх професійної підготовки та відсутністю ефективних методик такого формування, нерозробленістю відповідного навчально-методичного супроводу.

Отже, актуальність, соціально-педагогічне значення досліджуваної проблеми, недостатній рівень її теоретичної та практичної розробленості, об'єктивна потреба розв'язання означених суперечностей зумовили вибір теми

дослідження **«Формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання».**

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано в межах науково-дослідних тем: Дніпровського державного інституту фізичної культури і спорту «Теоретико-методичні та прикладні основи фізичного виховання у вищих навчальних закладах України» (державний реєстраційний № 01006U011725, 2006-2010 рр.), де авторкою досліджено сучасний стан розробленості проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання у закладах професійної (професійно-технічної) освіти, та Національного університету «Запорізька політехніка» «Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання та спорту осіб різного віку» (державний реєстраційний № 0113U000729, 2014-2017 рр.), в межах якої визначено педагогічні умови формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

Тему дисертаційного дослідження затверджено науково-технічною радою Запорізького національного технічного університету (протокол №2 від 05 лютого 2014 року), узгоджено Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол №5 від 27 травня 2014 року), уточнено вченою радою Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка (протокол №12 від 31 травня 2021 року).

Об'єкт дослідження – процес фізичного виховання майбутніх кваліфікованих робітників у закладах професійної (професійно-технічної) освіти.

Предмет дослідження – методика формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

Мета дослідження полягає у розробленні, теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності у майбутніх кваліфікованих робітників.

Відповідно до поставленої мети дослідження визначено такі **завдання**:

1) виявити стан розробленості проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання в теорії та методиці фізкультурної освіти;

2) розробити й теоретично обґрунтувати методику формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання;

3) визначити педагогічні умови формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників;

4) експериментально перевірити ефективність методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

Для реалізації мети і вирішення поставлених завдань було використано комплекс **методів дослідження**:

– *теоретичні*: *аналіз та систематизація* наукових джерел з метою виявлення теоретичного стану розробленості проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання; *термінологічний аналіз* для визначення сутності і змісту ключових дефініцій дослідження; *структурно-логічний аналіз* для характеристики компонентів фізкультурно-оздоровчої компетентності; *аналогія, індукція, дедуція* з метою визначення педагогічних умов формування фізкультурно-оздоровчої компетентності; *аналіз* навчальних програм, підручників, посібників, що дозволило сформулювати власний погляд на проблему дослідження, виявити наукові засади розроблення методики;

– *емпіричні*: *анкетування та спостереження* з метою визначення практичного стану розробленості проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання; *педагогічний експеримент* (констатувальний та формувальний) для перевірки ефективності методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання;

– *статистичні*: *багатофакторний статистичний аналіз та обробка емпіричних даних* з метою опрацювання результатів педагогічного експерименту та обґрунтування вірогідності отриманих результатів.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

– *вперше* розроблено, теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено методику формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання, яка базується на сукупності принципів (педагогічних, модернізації професійної освіти, оздоровчого тренування), передбачає дотримання педагогічних умов (модернізація змісту фізичної підготовки з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності; упровадження в освітній процес факультативу «Фізкультурно-оздоровча компетентність як складова фізичної культури особистості»; посилення мотивації до ведення здорового способу життя та опанування природних засобів оздоровлення; стимулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності у позакласній роботі; контроль показників фізичного розвитку та фізичного стану під час фізкультурно-оздоровчих занять), удосконалення методів (словесних, наочних, практичних), форм (навчальні, методичні та самостійні заняття) та засобів навчання (дидактичні засоби, фізичні вправи, оздоровчі сили природи, гігієнічні чинники, спортивний інвентар та тренажери, комп'ютерна техніка, медичні прилади);

– *уточнено* дані про умови використання видів і форм фізичної культури для формування фізкультурно-оздоровчої компетентності та забезпечення раціональної організації теоретичного й виробничого навчання та активного дозвілля;

– *подальшого розвитку* набули питання використання сучасних видів рухової активності для формування фізкультурно-оздоровчої компетентності

майбутніх кваліфікованих робітників, забезпечення дозвілля, проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходів, розвитку професійно важливих психофізичних якостей майбутніх кваліфікованих робітників.

Практичне значення результатів дослідження полягає у впровадженні методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання, розробленні методичних рекомендацій щодо проведення уроків фізичної культури з використанням блоків фізичних вправ, спрямованих на розвиток фізичних якостей (координація рухів, витривалість, швидко-силові якості, аналізаторні функції, засвоєння оперативної інформації).

Методика формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників, теоретичні положення та практичні напрацювання, які викладені в дисертації, можуть використовуватися вчителями ЗЗСО, ліцеїв, гімназій та викладачами ЗП(ПТ)О.

Основні положення і результати дослідження **упроваджено** в освітній процес Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (довідка №1214/2 від 29.04.2020 р.), Державного професійно-технічного навчального закладу «Дніпропетровський регіональний центр професійно-технічної освіти» (довідка №163 від 27.04.2021 р.), Державного професійно-технічного навчального закладу «Дніпровський центр професійної освіти» (довідка №120 від 28.04.2021 р.), Національного університету «Запорізька політехніка» (довідка №68-18/48 від 30.04.2021 р.), Державного професійно-технічного навчального закладу «Дніпровське вище професійне училище будівництва» (довідка №182 від 14.05.2021 р.), Національної металургійної академії України (довідка №01-26/169-1 від 25.05.2021 р.).

Особистий внесок здобувача. Постановка й опис експериментального дослідження підтверджені науково-методичними працями, написаними одноосібно та у співавторстві, зокрема, авторкою: у розвідці [2] здійснено кількісний і якісний аналіз проведеного анкетування щодо ціннісних орієнтацій учнів ЗП(ПТ)О, у роботі [7] уточнено нормативні і теоретико-методичні засади фізичної підготовки майбутніх кваліфікованих робітників у ЗП(ПТ)О, у статтях [11, 16] запропоновано модернізацію процесу фізичного виховання через формування фізкультурно-оздоровчої компетентності, у публікації [12] проведено аналіз ключових компетентностей учнів, у роботах [13, 15] опрацьовано результати анкетування здобувачів професійної освіти щодо мотивів навчання, у публікації [14] проведено аналіз педагогічних умов для формування фізкультурно-оздоровчої компетентності в учнів професійно-технічних навчальних закладів.

Апробація результатів дослідження. Матеріали дисертації обговорювалися на засіданнях кафедри фізичного виховання Національної металургійної академії України та кафедри управління фізичною культурою та спортом Національного університету «Запорізька політехніка».

Основні результати дослідження доповідалися авторкою на науково-практичних конференціях різного рівня, зокрема, міжнародних науково-практичних конференціях: «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у

сучасному суспільстві» (м. Луцьк, 2008 р.), «Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції» (м. Тернопіль, 2012 р.), «Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту» (м. Харків, 2012 р.), «Наука і вища освіта» (м. Запоріжжя, 2013 р.), «Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту» (м. Київ, 2014 р.), «Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в сучасних умовах» (м. Дніпропетровськ, 2015 р.), «Основные направления реализации программы действий по международному десятилетию сближения культур» (г. Алматы, 2018 г.), «Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку» (м. Бердянськ, 2018 р.); *усеукраїнських* науково-практичних конференціях: «Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід і сучасні технології» (м. Запоріжжя, 2014 р.).

Публікації. Основні положення дисертаційного дослідження опубліковано в 16 наукових і навчально-методичних працях (із них 8 – одноосібні): 7 статей у наукових фахових виданнях України, 2 статті у закордонних виданнях, 7 матеріалів апробаційного характеру.

Структура й обсяг дисертаційної роботи. Дисертація складається з анотацій, переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (221 найменування, із них 6 – іноземними мовами) та 9 додатків на 22 сторінках. Дисертація містить 18 таблиць та 28 рисунків.

Загальний обсяг дисертаційної роботи становить 242 сторінки, із них основний текст – 166 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі**: обґрунтовано актуальність теми дослідження; уточнено зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження; описано методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичне значення отриманих результатів; визначено особистий внесок у публікаціях, написаних у співавторстві; наведено відомості про апробацію результатів дисертаційного дослідження, публікації, структуру та обсяг дисертації.

У *першому розділі* «**Теоретичні аспекти формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання**» виявлено стан розробленості проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

На основі аналізу наукових джерел з підготовки конкурентоспроможного кваліфікованого робітника (Е. Вільчковський, Ю. Зіньковський, Ю. Козерук, В. Кремень, Н. Ничкало, В. Радкевич, О. Щербак та ін.) підтверджено необхідність модернізації системи професійно-технічної освіти та упровадження нових моделей навчання. З'ясовано специфіку компетентнісного підходу (С. Бондар, І. Єрмаков, О. Овчарук, О. Пошетун, О. Локшина, О. Савченко, С. Трубочова, Л. Паращенко, Г. Фрейман, В. Циба та ін.) як

засадничого для модернізації системи професійної (професійно-технічної) освіти.

Узагальнення і систематизація наукових джерел уможливили висновки, що: фізичне виховання є складовою освітнього процесу в ЗП(ПТ)О і спрямоване на всебічний фізичний і духовний розвиток майбутніх кваліфікованих робітників, їх підготовку до трудової діяльності, а тому має професійно-прикладну спрямованість – удосконалення фізичних, вольових та інших якостей, важливих для успішного оволодіння обраною професією; реформування системи професійно-технічної освіти безпосередньо впливає на модернізацію процесу фізичного виховання.

За результатами наукових розвідок (В. Базильчук, Г. Грибан, В. Завацький, Г. Іванова, С. Канішевський, Р. Поташнюк, Р. Раєвський, В. Романенко, С. Савчук та ін.) підтверджено несформованість у більшості здобувачів професійної освіти потреби піклуватися про власне здоров'я, про що додатково свідчить щорічне оцінювання фізичної підготовленості населення: у 2018/2019 н.р. виявлено, що 65,1% учнів мали недостатній рівень фізичної підготовленості, а в 2020/2021 н.р. ситуація погіршилася через карантинні заходи COVID-19. Обґрунтовано (В. Базильчук, Г. Грибан, В. Завацький, Г. Іванова, С. Канішевський, Р. Поташнюк, Р. Раєвський, В. Романенко, С. Савчук та ін.) можливість збереження і зміцнення здоров'я майбутніх кваліфікованих робітників через розвиток у них прагнень здорового способу життя для забезпечення успішності професійної діяльності, формування знань про способи й методи підтримки власного фізичного та психічного здоров'я, популяризацію фізичної активності й урізноманітнення занять фізичною культурою серед учнів ЗП(ПТ)О у процесі їхньої професійної підготовки.

У другому розділі **«Теоретико-методичні основи формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання»** розроблено й теоретично обґрунтовано методику формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

За результатами термінологічного аналізу встановлено, що поняття «фізкультурно-оздоровча компетентність майбутніх кваліфікованих робітників» має базуватися на поняттях «фізкультурна компетентність» (Г. Драндров та ін.); «здоров'язбережувальна компетентність» (О. Антонова, Н. Поліщук та ін.); «фізкультурно-спортивна компетентність» (С. Гілазієва та ін.); «фізкультурно-оздоровча компетентність» (Г. Грибан та ін.). Тому в дослідженні із урахуванням принципу інтеграції ключове поняття дослідження «фізкультурно-оздоровча компетентність майбутніх кваліфікованих робітників» визначено як особистісну якість, що набута у процесі фізичного виховання у ЗП(ПТ)О і яка інтегрує:

- знання про способи збереження й підвищення рівня власного здоров'я засобами фізичного виховання;
- практичні уміння щодо використання засобів фізичного виховання для корекції/зміцнення фізичного, психічного і функціонального стану здоров'я;
- здатності до оцінювання і контролю за власним здоров'ям.

На основі системного підходу до процесу формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання та використання педагогічних принципів, принципів модернізації професійної освіти та оздоровчого тренування розроблено й теоретично обґрунтовано *методику формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання*, яка включає:

- *мету* – формування у майбутніх кваліфікованих робітників системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, важливих для життєдіяльності, навчання, роботи, відпочинку та сімейного фізичного виховання, відповідних умінь і навичок оздоровлення;

- *зміст* теоретичної підготовки (спрямований на усвідомлення майбутніми кваліфікованими робітниками сутності фізкультурно-оздоровчої діяльності та безпосередньо пов'язаних з нею явищ і процесів);

- *форми*: уроки фізичної культури, заняття різними видами спорту (відвідування секцій на базі ЗП(ПТ)О або спеціалізованих спортивних установ), методичні заняття (взаємопов'язані з теоретичною та практичною підготовкою, дають можливість учням визначити власний стан і рівень здоров'я, дати оцінку адаптаційним можливостям організму, оцінити стан фізичної підготовленості, засвоїти методику визначення та індивідуального дозування фізичних навантажень під час занять фізичними вправами, набути досвіду фізкультурно-оздоровчої діяльності для досягнення життєвих і професійних цілей); самостійні заняття фізичними вправами (заповнюють дефіцит рухової активності, сприяють більш ефективному відновленню організму після втоми, підвищенню фізичної і розумової працездатності);

- *засоби* – дидактичні засоби, оздоровчі сили природи, гігієнічні чинники, комп'ютерна техніка, медичні прилади;

- *методи* – словесні, наочні, інтерактивні, ігрові.

Авторська методика формування фізкультурно-оздоровчої компетентності зорієнтована на засвоєння теоретичних знань з питань впливу різних видів спорту на організм людини, практичне використання вправ загальної та спеціальної підготовки цих видів спорту, здатність самостійно визначати свій фізичний стан, регулювати вплив навантаження на організм, розвиток і прояв морально-вольових якостей, можливість застосовувати досвід фізкультурно-оздоровчої діяльності у повсякденному житті.

З метою формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників та з дотриманням принципів функціонального аналізу рухових дій і побудови занять з фізичного виховання розроблено блоки фізичних вправ за видами рухової активності на основі їх доступності, популярності та комплексності впливу на організм людини. Вправи спрямовані на розвиток витривалості, швидкості рухів, сили, швидко-силових та координаційних здібностей з урахуванням особливостей специфіки професії майбутнього кваліфікованого робітника для підвищення рівня фізичної підготовленості та розвитку фізкультурно-оздоровчої компетентності.

На основі аналізу теорії і практики процесу навчання майбутніх кваліфікованих робітників обґрунтовано *педагогічні умови* організації процесу фізичного виховання з метою формування фізкультурно-оздоровчої компетентності:

- модернізація змісту фізичної підготовки з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності;
- упровадження в освітній процес факультативу «Фізкультурно-оздоровча компетентність як складова фізичної культури особистості»;
- посилення мотивації учнів до здорового способу життя та опанування природних засобів оздоровлення;
- стимулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності у позакласній роботі;
- контроль показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості в процесі фізкультурно-оздоровчих занять.

У *третьому розділі* «Експериментальна перевірка ефективності методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання» експериментально перевірено ефективність методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

До участі в педагогічному експерименті були залучені майбутні кваліфіковані робітники закладів професійно-технічної освіти м. Дніпра за будівельними спеціальностями: 58 юнаків, які навчаються на I, III курсі за спеціальністю «Муляр», «Опоряджувальник» (групи № 7 і № 14), з яких 29 юнаків (групи № 4 і № 13) мають вади розумового розвитку (ВРР), але за медичними показниками не мають протипоказань до навчання за цими спеціальностями.

На *констатувальному* етапі педагогічного експерименту досліджено показники фізичного розвитку (антропометрія, методи антропометричних індексів), фізичної підготовленості (педагогічне тестування) та розумової працездатності (буквенна коректурна таблиця – проба Анфімова).

Виявлено, що стомлення організму під час теоретичних занять зумовлює: виникнення відчуття загальної втоми (37,3%); різі в очах (24,1%); відчуття болю у м'язах потилиці (12,7%); у м'язах спини (34,2%); у нижніх кінцівках (8,0%); погіршення розумової працездатності (37,2%). Проте більшість учнів (78,3%) позитивно оцінюють рівень свого здоров'я, також мають позитивну мотивацію до його збереження (75,4%). З іншого боку, учні демонструють усвідомлення недостатності обсягу знань: про засоби фізичного виховання для збереження і підвищення рівня здоров'я (46,3% учнів); про вплив фізичних вправ та видів спорту на різні системи організму (68,4% учнів); про засоби оцінювання і контролю рівня власного здоров'я (72,1% учнів). 89,5% учнів погоджуються, що використання засобів фізичної культури для корекції фізичного, психічного і функціонального стану та зміцнення здоров'я є необхідним для їхньої майбутньої професійної діяльності.

На початку експерименту також було проведено оцінку фізичного стану учнів (визначалися масо-зростовий індекс Кетле, життєвий індекс, силовий індекс, індекс Ерісмана, індекс Пінье). За показниками довжини тіла, маси тіла, обхвату грудної клітини на вдиху, на видиху та на паузі учні характеризуються достатньою однорідністю (v від 2,3% до 6,8%). Разом з тим, в усіх респондентів за показниками кистьової динамометрії спостерігаються високі показники коефіцієнтів варіації (v від 30,2% до 64,1%), що свідчить про неоднорідність цього показника.

За результатами дослідження середні показники довжини тіла, маси тіла, обхвату грудної клітини учнів ЗП(ПТ)О значно нижчі порівняно з даними студентів-першокурсників, які подані у дослідженнях Т. Гнатюк (відповідно – 181 см; 70,6 кг; 91,4 см) і Н. Бондарчук (відповідно 177,3 см; 63,7 кг; 83,8 см). Отримані показники також є нижчими порівняно з показниками оціночних таблиць фізичного розвитку для молоді (Ареф'єв, 2000; Курочкіна, 2000).

Низький рівень індексу Кетле мають близько 45% учнів, а рівень, вищий за середній, було зафіксовано у 15% учнів, високий рівень спостерігався лише в 6,67% учнів. Порівнюючи середні показники ЖЄЛ учнівської молоді ЗП(ПТ)О, що становлять 3103,3-3609,3 мл, із середніми показниками ЖЄЛ студентів-першокурсників (дослідження Б. Дзюла), встановлено, що за цими показниками учні дещо перевищують за розвитком студентів-першокурсників. Аналіз показників силового індексу показує, що більшість досліджуваних має високий рівень цього показника (67%). За показниками індексу Ерісмана розвитку грудної клітки спостерігається переважання кількості учнів з від'ємним значенням, що свідчить про вузькогрудість контингенту учнів ЗП(ПТ)О. За індексом Пінье міцності тілобудови підтверджено переважання дуже слабкої тілобудови (53,3%), а гарна тілобудова спостерігається лише у 11,3% учнів ЗП(ПТ)О.

Виконання учнями ЗП(ПТ)О рухових тестів для визначення показників фізичної підготовленості на констатувальному етапі засвідчило, що, порівняно з орієнтовними нормативами для учнів ЗП(ПТ)О, маємо результати, нижчі за 6 балів: результати у вправах на згинання та розгинання рук в упорі лежачи, у бігу на 100 м оцінено в середньому у «6» балів; піднімання тулуба в сід – у «1» бал; у стрибках у довжину – «2» бали; нахил тулуба вперед у положенні сидячи, човниковий біг 4 x 9 м – «3» бали; у бігу на 1000 м отримані результати виявились дуже низькими.

На початку навчального року було зафіксовано низький рівень розумової працездатності учнів ЗП(ПТ)О (використовувалася коректурна проба за методикою Анфімова). Отримані результати порівнювали з результатами розумової працездатності студентів (дослідження О. Паламарчук, Ю. Кривохацької), виявлено, що середній показник точності роботи становить 0,989, а показник чистої продуктивності – 1603,7.

Отже, результати констатувального етапу педагогічного експерименту підтвердили недостатню оздоровчу ефективність системи фізичного виховання та доцільність пошуку нових підходів до її удосконалення.

На *формувальному* етапі педагогічного експерименту розроблено авторську методику формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. Реалізацію методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності здійснювали через:

- курс уроків-лекцій «Фізіологічні особливості та основні функціональні характеристики видів спорту», мета якого – розвиток знань про різні види спорту, специфіку їх організації, кількісні характеристики, їх оздоровчу та професійно-прикладну спрямованість.

- уроки фізичної культури з використанням блоків фізичних вправ з різних видів спорту відповідно до розподілу за переважним проявом однієї або декількох фізичних чи психічних якостей (вимоги до координації рухів, циклічні види спорту, прояв швидко-силових якостей, спортивні ігри та єдиноборства);

- заняття у спортивних секціях (баскетбол, волейбол, рукопашний бій, плавання) професійно-прикладної спрямованості для вдосконалення рухового аналізатора у позанавчальний час на базі закладу освіти;

- методичні заняття наприкінці кожного модуля для засвоєння методики індивідуального дозування фізичних навантажень у процесі занять фізичними вправами, набуття досвіду фізкультурно-оздоровчої діяльності;

- самостійні заняття фізичними вправами для заповнення дефіциту рухової активності, відновлення організму після втоми, підвищення фізичної і розумової працездатності після консультацій з викладачем.

Перевірка ефективності методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання потребувала добору показників сформованості такої компетентності. Ураховуючи сутність поняття «фізкультурно-оздоровча компетентність майбутніх кваліфікованих робітників» та його структуру, показниками обрано: мотивацію (визначалася на основі авторського анкетування), теоретичні знання (авторські тести з використанням платформи MyTest), загальну фізичну підготовленість (педагогічне тестування) та розумову працездатність (буквенна коректурна таблиця – проба Анфімова). Оцінювання проводили наприкінці формувального етапу експерименту після реалізації авторської методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

Усі юнаки були поділені на дві контрольні (A1 і A2 (BPP)) та дві експериментальні (B1 і B2 (BPP)).

З метою визначення провідних мотивів здорового способу життя і ставлення здобувачів до власного здоров'я було проведено опитування, яке засвідчило, що: «фізичне виховання» для 62,8% здобувачів професійно-технічної освіти є улюбленим предметом; позитивне ставлення до власного здоров'я та зацікавленість у підвищенні рівня своєї фізичної підготовленості мають 92% учнів; бажають поглиблювати знання про різні види спорту, їх оздоровчу та професійно-прикладну спрямованість 84% учнів; самостійні заняття фізичними вправами для заповнення дефіциту рухової активності

здійснюють 82,5% учнів. Загалом засвідчено високий рівень позитивної мотивації майбутніх кваліфікованих робітників щодо формування в них фізкультурно-оздоровчої компетентності.

Вивчення динаміки розумової працездатності учнів виявило для всіх груп зростання коефіцієнтів розумової працездатності: найбільшу динаміку зафіксовано для групи Б1 (приріст становить 24,7%), що пояснюємо більш активною та раціонально організованою фізичною діяльністю у процесі занять фізичного виховання. Для учнів експериментальної групи «Б1» виявлено більш високий рейтинг успішності.

Вплив авторської методики на рівень сформованості в учнів ЗП(ПТ)О системи знань про збереження і підвищення рівня власного здоров'я засобами фізичного виховання та вплив фізичних вправ на організм як складової фізкультурно-оздоровчої компетентності відслідковували шляхом тестування, за результатами якого виявлено статистично незначні зрушення: достатній рівень теоретичних знань виявили 34,5% учнів групи «Б1» проти 23,8% учнів групи «А1» та 34,6% учнів групи «Б2» проти 23,4% учнів групи «А2». Учні орієнтувалися у фізіологічних особливостей організму та основних характеристиках різних видів спорту, оперували основними фактами про вплив різних видів спорту на організм, про їх оздоровчу спрямованість.

Значні достовірні зміни після педагогічного експерименту зафіксовано за показниками фізичної підготовленості: низький рівень показників фізичної підготовленості зафіксовано лише в одній експериментальній групі Б1 (6,67%) проти контрольних А2 (7,14%) і А1 (21,43%). Рівень, нижчий за середній, за показниками фізичної підготовленості спостерігався у 53,33% учнів групи Б2, у 26,67% учнів групи Б1 та 50% і 42,86% учнів у групах А2 і А1 відповідно. Кількість юнаків із середнім рівнем показників фізичної підготовленості склала у групі Б2 – 26,67%, у групі Б1 – 60,0%, у групі А2 та групі А1 – 42,86% та 14,29% відповідно. Рівень, вищий за середній, було визначено у 13,33% учнів у групі Б2. У групі А1 до цього рівня було віднесено 14,29%, а у групі Б1 та групі А1 юнаків з таким рівнем не виявлено. Високий рівень показників фізичної підготовленості спостерігали в експериментальних групах Б2 та Б1 (6,67%), а в групі А1 він склав 7,14%.

Кількісні дані за результатами експерименту наведено у таблиці 1.

За методом кореляційного аналізу виявлено зв'язки між показниками фізичної підготовленості. Для експериментальної групи Б2 виявлено: сильну кореляційну залежність між показниками «згинання та розгинання рук в упорі лежачи» та «піднімання тулуба в сід за 1 хв.» (з $r=0,68$ до $r=0,76$); посилення кореляційної залежності між показниками «стрибок у довжину» та «згинання та розгинання рук в упорі лежачи» (з $r=0,37$ до $r=0,61$), «стрибок у довжину» та «піднімання тулуба в сід» (з $r=0,35$ до $r=0,65$), «біг на 1000 м» та «згинання та розгинання рук в упорі лежачи» (з $r=0,36$ до $r=0,59$), «біг на 1000 м» та «піднімання тулуба в сід» (з $r=0,35$ до $r=0,59$), «човниковий біг 4 x 9 м» та «стрибки у довжину» (з $r=0,38$ до $r=0,50$).

**Динаміка показників загальної фізичної підготовленості
учнів контрольних та експериментальних груп
за результатами формувального етапу педагогічного експерименту ($X \pm m$)**

Характеристика	Група	До експерименту	Після експерименту	P
		$\bar{x} \pm S_{\bar{x}}$	$\bar{x} \pm S_{\bar{x}}$	
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи, разів	A1	28,36±11,5	29,57±11,66	>0,05
	B1	29,53±6,67	36,27±4,82	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
	A2	33,07±5,17	34,64±4,94	>0,05
	B2	34,53±6,38	39,20±5,61	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
Піднімання тулуба в сід за 1 хв, разів	A1	32,57±7,33	35,07±7,85	<0,05
	B1	32,47±4,66	39,67±3,42	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
	A2	38,71±4,95	40,14±4,79	<0,05
	B2	38,27±3,79	44,07±3,71	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	A1	5,43±4,47	6,00±4,39	>0,05
	B1	5,73±3,41	8,60±3,46	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
	A2	8,36±3,54	9,21±3,45	>0,05
	B2	8,5±4,32	12,07±4,11	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
Стрибок у довжину з місця, см	A1	193,43±19,73	196,57±20,03	>0,05
	B1	191,33±14,46	208,33±13,40	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
	A2	216,86±11,82	218,57±11,43	>0,05
	B2	213,27±10,51	226,73±9,45	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
Біг на 1000 м, хв	A1	4,17±0,27	3,96±0,33	<0,05
	B1	4,07±0,49	3,62±0,33	<0,05
	P	>0,05	>0,05	
	A2	3,90±0,30	3,85±0,32	>0,05
	B2	3,92±0,36	3,48±0,30	>0,05
	P	>0,05	>0,05	
Біг на 100 м, с	A1	14,90±0,67	14,76±0,66	>0,05
	B1	14,77±0,50	14,33±0,49	>0,05
	P	>0,05	>0,05	
	A2	14,68±0,58	14,50±0,57	>0,05
	B2	14,97±0,56	14,13±0,42	>0,05
	P	>0,05	>0,05	

Характеристика	Група	До експерименту	Після експерименту	Р
		$\bar{x} \pm S_{\bar{x}}$	$\bar{x} \pm S_{\bar{x}}$	
Човниковий біг, 4 х 9 м, с	A1	10,24±0,35	10,10±0,40	>0,05
	B1	10,32±0,39	9,85±0,29	<0,05
	P	>0,05	<0,05	
	A2	9,74±0,4	9,66±0,38	>0,05
	B2	9,83±0,51	9,39±0,35	>0,05
	P	>0,05	>0,05	

Для груп А2 і В2 між тестами «біг 100 м» і «човниковий біг 4х9 м» встановлено середню кореляційну залежність ($r=0,64$ (0,55); $r=0,67$ (0,67)). Для групи В1 зафіксовано залежність між показниками «Згинання та розгинання рук в упорі лежачи» та «піднімання тулуба в сід за 1 хв.» (з $r=0,47$ до $r=0,71$). Збільшується кореляційна залежність між показниками «стрибок у довжину» та «Згинання та розгинання рук в упорі лежачи» (з $r=0,57$ до $r=0,68$), «стрибок у довжину» та «піднімання тулуба в сід» (з $r=0,41$ до $r=0,58$), «біг на 1000 м» та «піднімання тулуба в сід» (з $r=0,02$ до $r=0,50$) та «біг на 1000 м» і «стрибок у довжину» (з $r=0,30$ до $r=0,52$). Для показників «біг на 100 м» і «човниковий біг 4 х 9 м» у групах А1 та В1 зафіксовано середню кореляційну залежність ($r=0,53$ (0,64); $r=0,52$ (0,53)). Слід зауважити, що сильна кореляційна залежність не виявлена для жодної пари, проте виявлені взаємні зв'язки підтверджують ефективність методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

ВИСНОВКИ

У дисертації запропоновано розв'язання проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. Результати проведеного дослідження підтвердили основні теоретичні положення дисертації та дають підстави для низки висновків.

1. Виявлено стан розробленості проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. З'ясовано, що сучасна професійно-технічна освіта орієнтується на компетентнісні підходи та професійні стандарти, а тому обумовлює доцільність розроблення відповідних методик для формування різного роду компетентностей. Визначено, що фізкультурно-оздоровча компетентність є складовою професійної компетентності майбутніх кваліфікованих робітників. За аналізом наукових розвідок виявлено науково-методичні результати щодо потреби реформування системи професійно-технічної освіти та процесу фізичного виховання в ньому. Підтверджено, що натепер відсутні ефективні методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання.

2. Розроблено і науково обґрунтовано методику формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання, яка базується на дотриманні принципів (педагогічних, модернізації професійної освіти, оздоровчого тренування), передбачає оновлення змісту теоретичної підготовки (спрямований на усвідомлення майбутніми кваліфікованими робітниками сутності фізкультурно-оздоровчої діяльності та безпосередньо пов'язаних з нею явищ і процесів), використання форм (уроки фізичної культури, секційні заняття різними видами спорту, методичні заняття для опанування методик визначення та індивідуального дозування фізичних навантажень у процесі фізкультурно-оздоровчої та майбутньої професійної діяльності, самостійні заняття фізичними вправами для заповнення дефіциту рухової активності), реалізується за допомогою засобів (дидактичні засоби, оздоровчі сили природи, гігієнічні чинники, комп'ютерна техніка, медичні прилади) та методів (словесні, наочні, інтерактивні, ігрові).

3. Теоретично обґрунтовано педагогічні умови формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання: модернізація змісту фізичної підготовки з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності; впровадження в освітній процес факультативу «Фізкультурно-оздоровча компетентність як складова фізичної культури особистості»; посилення мотивації учнів до ведення здорового способу життя та опанування природних засобів оздоровлення; стимулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності у позакласній роботі; контроль показників фізичного розвитку та фізичного стану в процесі фізкультурно-оздоровчих занять.

4. Експериментально перевірено ефективність методики формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. Результати експерименту засвідчують, що в експериментальній групі Б2 значно покращилися показники у вправах нахил тулуба вперед, згинання та розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тулуба в сід з положення лежачи, причому приріст показників становив 50,0%, 22,8% і 22,2% відповідно. У бігу на 1000 м приріст склав 11,2%. За результатами стрибків у довжину, човникового бігу 4x9 м покращення становило 8,9%, 4,6% та 3,0% відповідно. У групі Б1 найбільший приріст виявлено у вправі нахил тулуба вперед 42,0%. Показники у вправах піднімання тулуба в сід з положення лежачи, біг на 1000 м, згинання та розгинання рук в упорі лежачи покращилися відповідно на 15,2%, 11,4% та 13,5%. У вправах стрибок у довжину з місця, човниковий біг 4 x 9 м та біг на 100 м також виявлені покращення 6,3%, 4,5% та 5,7%.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. Перспективними для подальшого наукового пошуку є проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності у школярів в умовах неформальної освіти, а також проблеми підготовки

майбутніх учителів фізичної культури до формування фізкультурно-оздоровчої компетентності учнів ЗП(ПТ)О.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ З ТЕМИ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у наукових фахових виданнях України

1. Чернявська О.А. Проблема реалізації компетентнісного підходу у процесі фізичного виховання учнів професійно-технічних навчальних закладів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків, 2012. № 5. Ч. 2. С. 140-142.
2. Чернявська О.А., Шамардіна Г.М. Фізична культура як чинник формування ціннісних орієнтацій учнів професійно-технічних навчальних закладів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»*. Київ, 2014. Вип. 3К(45)14. С. 487-490.
3. Чернявська О.А. Аналіз рівня фізичного розвитку учнів професійно-технічних навчальних закладів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. Чернігів, 2015. Вип. 129. Т. III. С. 335-338.
4. Чернявська О.А. Відношення учнівської молоді до навчальних предметів і до навчання в цілому. *Теоретичні питання культури, освіти та виховання*. Київ, 2015. Вип. 52. С. 167-170.
5. Чернявська О.А. Визначення рівня фізичної підготовленості учнівської молоді. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Запоріжжя, 2015. Вип. 45 (98). С. 282-286.
6. Чернявська О.А. Сучасні підходи до підготовки кваліфікованого робітника в закладах професійно-технічної освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, 2021. №1(105). С. 287-294.
7. Чернявська О.А., Красілов А.Д. Використання компетентнісного підходу при модернізації процесу фізичного виховання майбутніх кваліфікованих робітників. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, 2021. №2(106). С. 347-358.

Статті у наукових періодичних виданнях інших держав

8. Chernyavska O.A. Peculiarities of physical and mental development of students in vocational schools. *International Scientific Journal «Future Science: Youth Innovations Digest»*. 2018. Volume 2, Issue 2. P. 81-87.
9. Chernyavska O.A. Essence and structure of physical culture and health competence of future qualified workers. *International Scientific Journal «Future Science: Youth Innovations Digest»*. 2019. Volume 3, Issue 3. P. 77-81.

Опубліковані праці апробаційного характеру

10. Чернявська О.А. Соціальна адаптація учнівської молоді з розумовими вадами до умов навчання у ПТНЗ засобами фізичного виховання. *Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції* : матеріали

IV Міжнародної науково-практичної конференції (м. Тернопіль, 25-27 жовтня 2012 р.). Тернопіль, 2012. С. 183-186.

11. Чернявська О.А., Шамардіна Г.М. Фізичне виховання як один з провідних чинників формування професійної компетентності. *Наука і вища освіта* : тези доповідей XXI Міжнародної наукової конференції студентів і молодих учених (м. Запоріжжя, 18 квітня 2013 р.). Запоріжжя : КПУ, 2013. Т. 2. С. 271-272.

12. Чернявська О.А., Шамардіна Г.М. Впровадження ключових компетентностей у зміст освіти. *Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід і сучасні технології* : матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 2-4 жовтня 2014 р.). Запоріжжя : ЗНТУ, 2014. С. 36-43.

13. Чернявська О.А., Шамардіна Г.М., Максимов А.М. Мотивація учнівської молоді до навчання в професійно-технічному навчальному закладі. *Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в сучасних умовах* : матеріали I Міжнародної науково-практичної конференції (м. Дніпропетровськ, 15 квітня 2015 р.). Дніпропетровськ, 2015. С. 364-366.

14. Чернявська О.А., Шамардіна Г.М. Педагогічні умови формування фізкультурно-оздоровчої компетентності в учнів професійно-технічних навчальних закладів. *Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах*. Дніпро, 2017. С. 195-198.

15. Чернявская Е.А., Шамардина Г.Н. Необходимость модернизации процесса физического воспитания учащихся профессионально-технических учебных заведений. *Основные направления реализации программы действий по международному десятилетию сближения культур* : материалы Международной научно-практической конференции (г. Алматы, 15-16 ноября 2018 р.). Алматы, 2018. II-том. С. 72-74.

16. Чернявська О.А., Шамардіна Г.М. Фізкультурно-оздоровча компетентність учнів професійно-технічних навчальних закладів як складова модернізації професійно-технічної освіти. *Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку* : матеріали II Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Бердянськ, 25-26 квітня 2018 р.). Бердянськ, 2018. Ч. 1. С. 323-324.

АНОТАЦІЇ

Чернявська О.А. Формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук (доктора філософії) за спеціальністю 13.00.02 – Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка. – Суми, 2021.

Дисертаційне дослідження присвячене вирішенню проблеми формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання. Схарактеризовано сутність і структуру фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників.

Розроблена та теоретично обґрунтована методика формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників у процесі фізичного виховання у процесі фізичного виховання, яка передбачає дотримання низки педагогічних умов та модернізацію змісту уроків фізичної культури. Проведено статистичний аналіз ефективності авторської методики, за яким підтверджено позитивну статистично значущу динаміку у рівнях сформованості компонентів фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх кваліфікованих робітників.

Ключові слова: фізкультурно-оздоровча компетентність, формування компетентності, методика формування компетентності, кваліфікований робітник, заклад освіти, професійно-технічна освіта, фізичний розвиток, фізична підготовленість.

Чернявская Е.А. Формирование физкультурно-оздоровительной компетентности будущих квалифицированных работников в процессе физического воспитания. – Квалификационная научная работа на правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук (доктора философии) по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Сумский государственный педагогический университет имени А.С. Макаренко. – Сумы, 2021.

Диссертационное исследование посвящено решению проблемы формирования физкультурно-оздоровительной компетентности будущих квалифицированных работников в процессе физического воспитания. Охарактеризованы сущность и структура физкультурно-оздоровительной компетентности будущих квалифицированных работников. Разработана и теоретически обоснована методика формирования физкультурно-оздоровительной компетентности будущих квалифицированных работников в процессе физического воспитания, которая предусматривает соблюдение ряда педагогических условий и модернизацию содержания уроков физической культуры. Проведён статистический анализ эффективности авторской методики, по результатам которого подтверждена позитивная статистически значимая динамика в уровнях сформированности компонентов физкультурно-оздоровительной компетентности будущих квалифицированных работников.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная компетентность, формирование компетентности, методика формирования компетентности, квалифицированный работник, учреждение образования, профессионально-техническое образование, физическое развитие, физическая подготовленность.

Chernyavska O.A. Formation of physical culture and health competence of future workers in the process of physical education. – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

The thesis on competition of a scientific degree of for candidate of pedagogical sciences (PhD) on a specialty 13.00.02 – the theory and a training technique (physical training). – Makarenko Sumy State Pedagogical University. – Sumy, 2021.

Physical culture and health competence of the future skilled worker is defined as follows: it is internal potential hidden psychological qualities (knowledge, motives, preferences, interests, skills, action programs, value system, attitude to physical culture and health activities), which are manifested in the ability to use them and transfer to other members of society, in particular in the process of professional activity.

Based on the results of theoretical analysis of methodological approaches to solving the research problem and using the method of pedagogical modeling, the methodology of formation of physical culture and health competence of future skilled workers in the process of physical education is developed and theoretically substantiated. The technique includes:

- the purpose - formation at future workers of system of knowledge on physical training and a healthy way of life necessary in the course of vital activity, training, work, rest and family physical education, the corresponding abilities and skills of improvement;

- the content of theoretical training (aimed at awareness of future skilled workers of the essence of physical culture and health activities and directly related phenomena and processes);

- forms: physical education lessons (provide physical education and general physical fitness for any activity, provide an opportunity to create all conditions for solving problems of education, rehabilitation and upbringing), various sports (visiting sections on the basis of colleges or specialized sports institutions), methodical classes are closely related to theoretical and practical training and give students the opportunity to determine their condition and level of health, to assess the adaptive capacity of the body, to assess the level of physical fitness and the degree of its deviation from the required values. determination and individual dosing of physical activity during physical exercises, gain experience in the use of physical culture and health activities to achieve life and professional goals); independent physical exercises (fill the deficit of motor activity, contribute to a more effective recovery of the body after fatigue, increase physical and mental performance);

- tools - didactic tools, physical exercises, health forces of nature, hygienic factors, sports equipment and simulators, computer equipment, medical devices;

- methods - verbal, visual, interactive, game.

In order to form the physical culture and health competence of future workers, blocks of physical exercises by sports were developed on the basis of their availability, popularity and complexity of the impact on the human body. Exercises are focused on the development of endurance, speed of movement, strength, speed-strength and coordination skills, taking into account the specifics of the profession to increase the level of not only general but also special physical fitness.

The pedagogical conditions for the formation of physical culture and health competence of future skilled workers in the process of physical education are theoretically substantiated: modernization of the content of physical training taking into account the specifics of future professional activity; introduction of the elective «Physical training and health competence as a component of physical culture of the individual» into the educational process; strengthening the motivation of students to

lead a healthy lifestyle and mastering natural remedies; stimulation of physical culture and health-improving activities in extracurricular activities; control of indicators of physical development and physical condition in the process of physical culture and health classes.

Implementation of the method of formation of physical culture and health competence was carried out through:

- a course of lectures "Physiological features and basic functional characteristics of sports", which enabled the development of knowledge about different sports, the specifics of their organization, quantitative characteristics, their health and professional-applied orientation.

- physical education lessons using blocks of physical exercises in different sports according to the distribution of the predominant manifestation of one or more physical or mental qualities (requirements for coordination of movements, cyclic sports, manifestation of speed and strength qualities, sports games and martial arts);

- classes in sports sections (basketball, volleyball, hand-to-hand combat, swimming) professional and applied orientation to improve the motor analyzer in extracurricular time on the basis of the educational institution;

- methodical classes at the end of each module for mastering the method of determining and individual dosing of the level of physical activity in the process of physical exercises, gaining experience in physical culture and health activities;

- independent physical exercises to fill the deficit of motor activity, recovery from fatigue, increase physical and mental performance after consultation with the teacher.

The influence of the author's methodology on the level of formation of physical culture and health competence in them was monitored by indicators of physical development, physical fitness and mental capacity of future workers.

Keywords: physical culture and health competence, formation of competence, methodology of formation of competence, skilled worker, educational institution, vocational education, physical development, physical fitness.