

1. Agazzi E. *Mind, Body, Brain, Consciousness, Emotions// The XXIV World Congress of Philosophy. – Beijing, 2018, August 13-20. – P. 202-209. Available at: <http://wcp2018.pku.edu.cn/docs/20180813003234774746.pdf>*

Гузар В.М.

СТИМУЛЮВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КУРСАНТІВ

Актуальність. За останній час особливо актуальною є проблема здорового способу життя, формування у курсантів звички до систематичних занять фізичною культурою і спортом, прищеплення їм необхідних знань і умінь у галузі фізичної культури і спорту.

Турбота про здоров'я курсантів завжди була і буде справою батьків та навчальних закладів. Під час фізкультурно-оздоровчої діяльності відбувається становлення ментальних прикмет: почуттів, емоцій, прагнень, бажань, мотивів. Курсант намагається відкрити самого себе, удосконалити свої органи чуття, фізичні здібності та підготовленість, у нього формується відповідальність та обов'язок [4]

Постійна та цілеспрямована організація фізкультурно-оздоровчої діяльності сприяє і соціальному розвитку, оскільки в процесі міжособистісного спілкування проявляються дружба, симпатії, товариськість, відбувається соціально-психологічна адаптація в спортивній команді, групі спортсменів, формуються офіційні та неофіційні лідери.

Мета роботи полягає у визначенні та обґрунтуванні необхідності стимулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності у системі підготовки курсантів до майбутньої професійної діяльності моряка.

Виклад основного матеріалу. У результаті активної фізкультурно-оздоровчої діяльності курсантів, сприймання та осмислення інформації про розвиток фізичних якостей, гігієну і санітарію, фізичний розвиток передбачає формування комплексу умінь і навичок у галузі фізичної культури та спорту:

- організаторських;
- загально-фізичних;
- оздоровчих;
- контролю і самоконтролю.

Головними функціями фізичного розвитку є:

- оволодіння курсантами індивідуального досвіду з фізіології, гігієни і санітарії;
- вироблення вмінь та навичок в організації здорового способу життя;
- засвоєння способів реалізації особистісних можливостей у фізично-оздоровчій діяльності;
- корекція фізичних функцій організму;

самостимулювання фізичної підготовленості, створення передумов для психічного, соціального і духовного розвитку особистості курсанта, формування готовності через фізично-оздоровчу діяльність вносити певні зміни у свій розвиток, спілкування, менталітет, досвід [5].

Складовими компонентами фізкультурно-оздоровчої активності є [6]:

- афективний, що визначає емоційне ставлення курсантів до занять фізичною культурою і спортом, задоволеність фізкультурно-оздоровчою діяльністю та посилений інтерес до здорового способу життя і особистої гігієни;

- когнітивний, який включає обсяг наукових знань про особисту гігієну і санітарію та згубну дію шкідливих звичок на здоров'я людини, організацію здорового способу життя;

- аксіологічний (мотиви занять фізкультурно-оздоровчою діяльністю, що проявляються в суб'єктивному ставленні до змісту, форм та завдань фізкультурно-оздоровчої роботи, потреба у виконанні фізичних вправ, розуміння ролі фізичної культури та спорту, здорового способу життя для розвитку особистості і суспільства в цілому);

- праксеологічний – забезпечує формування досвіду в організації різних видів фізкультурно-оздоровчої діяльності, організаторських та виконавчих умінь і навичок; розвиток творчих здібностей, необхідних для самореалізації особистості в різних видах фізкультурно-оздоровчої діяльності, фізичних, гігієнічних умінь і навичок.

На основі даних показників встановлено чотири рівні фізкультурно-оздоровчої активності курсантів:

Перший рівень – пасивність курсантів та байдуже ставлення до власного здоров'я під час виконання фізичних вправ, відсутність умінь і навичок при заняттях фізичною культурою та спортом.

Другий рівень – нестійка фізкультурно-оздоровча активність курсантів, епізодичні заняття фізичною культурою та спортом, поверхове знання з анатомії, фізіології, гігієни і санітарії, відсутність елементарних умінь і навичок під час виконання фізичних вправ, нестійкий інтерес до занять фізичною культурою та спортом.

Третій рівень – достатньо стійка фізкультурно-оздоровча активність курсантів, постійне бажання займатися фізкультурно-оздоровчою діяльністю, розуміння необхідності, значення і цінності фізкультурно-оздоровчої діяльності в житті людини, наявність елементів самостійності, творчості та ініціативності в організації фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Четвертий рівень – дуже стійка, особистісно зорієнтована фізкультурно-оздоровча активність курсантів, постійна потреба та інтерес займатися фізкультурно-оздоровчою діяльністю, прагнення в досягненні високих результатів у спорті, висока фізична підготовленість, творчий підхід до організації та проведення різних видів фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Становлення та розвиток фізкультурно-оздоровчої діяльності, яка виступає дієвим засобом формування потреби в здоровому способі життя і є передумовою психічного здоров'я, вирішує ряд завдань, а саме:

- виховання та розвиток у курсантів навичок і умінь збереження та зміцнення власного здоров'я;

- формування у вихованні потреби фізичного вдосконалення і загартування на основі їхнього відповідального ставлення до свого здоров'я;

- забезпечення профілактичного і реабілітаційного захисту курсантів, охорони їх життя та здоров'я.

Модель змісту фізкультурно-оздоровчої діяльності має відповідати таким вимогам:

- бути спрямованою на формування у курсантів таких якостей як: свідомого ставлення до свого здоров'я і фізичного розвитку; інтересу до фізичної культури та спорту, вміння ними займатися; потреби у регулярних фізичних вправах, виховання спритності, сили, витривалості, гнучкості в різних видах занять фізичною культурою та спортом, оволодіння технікою рухових дій, рішучість та наполегливість;

- до занять фізичною культурою і оздоровленням мають бути залучені всі курсанти. Кожен з них має вибрати такий вид, який відповідає його нахилам, інтересам, здібностям, рівню фізичного розвитку. Допомогти курсантам у визначенні характерних рис їхнього психічного та фізичного здоров'я, здібностей, показати перспективи подальшого вдосконалення, правильно відібрати і використати різні види фізкультурно-оздоровчої діяльності – важлива умова успішної реалізації змодельованої програми фізичного розвитку курсанта.

Напрямки фізкультурно-оздоровчої діяльності:

- формування санітарно-гігієнічних умінь та навичок;

- попередження травматизму, порушень у стані здоров'я курсантів;

- впровадження національної системи фізичного загартування і самовдосконалення;

- туристично-краєзнавчу роботу;

- роботу з батьками (роз'яснення, залучення до різних видів спортивно-оздоровчої діяльності);

- профілактичну та консультативну роботу медпрацівників.

Висновки. Реалізація в єдності всіх напрямків стимулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності забезпечуватиме:

- формування переконань у необхідності ведення здорового способу життя через оволодіння курсантами знаннями про роль фізичної культури в житті людини і значення фізичного, психічного та морального здоров'я;

- розвиток потреби у веденні здорового способу життя; самоаналіз стану свого здоров'я, рівня фізичної підготовки та пошук шляхів їх поліпшення; формування навичок фізичного самовдосконалення з урахуванням психофізичних особливостей курсантів та озброєння їх оздоровчими знаннями, вміннями й організаційними навичками з опорою на ідеї народної системи здорового способу життя;

використання різних форм і засобів фізичного виховання під час активного відпочинку, що сприяє підвищенню розумової та фізичної працездатності курсантів.

Таким чином, стимулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності дає можливість підвищити рівень сформованості професійної компетентності майбутніх фахівців морської галузі та успішній їх реалізації в майбутній професійній діяльності у міжнародному морському торговому просторі.

Література

1. Бальсевич В.К. *Физическая культура: молодежь и современность.* – М.: ТиПФК, 1995, № 4. – С. 41.
2. Виноградов П.А., Душанин С.О. *Основы физической культуры и здорового образа жизни.* – М.: ФиС, 1996. – С. 54.
3. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. Ред. Проф. Ю.Д.Бойчука.* – Харків: Вид. Рожко С.Г., 2017. – 488 с.
4. Канішевський С.М. *Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студента* – К.: ІЗМН, 1999. – 270 с.
5. Коберник О.М. *Навчально-виховний процес у сільській загальноосвітній школі: сутність проектування, організація.* – К., 1999- 297 с.
6. Коджешау М.Х. *Факторы, определяющие физкультурно-спортивную активность студентов // Теор. и практ. физ. культуры, 1996. - №3. – С. 56-57.*
7. Кулинкович Е.К. *Формирование позитивного отношения к физическому воспитанию у студентов//Межд. науч. конгресс «Физич. культ., спорт, туризм – в новых условиях развития стран СНГ.* – Минск: Тессей, 1999. – С. 179-181.
8. Минцер О.П. *Физическая культура и здоровый образ жизни.* – М., 1990. – 58 с.
9. Соколов В.Н. *Социально-психологический портрет молодежи Украины и вопросы моделирования ее физического воспитания // Мат. Міжн. наук. симпозіуму “Фізична підготовленість та здоров'я населення.* – Одеса, 1998. – С. 18-20.
10. Olsen K.M., Dahl S. *Health differences between European countries // Social Science & Medicine.* – 2007. – Vol.64. - № 4. – P. 1665-1678.

Дашевська Л.М.

ЧИТАННЯ ІНОЗЕМНОЮ МОВОЮ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ІНШОМОВНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ СТУДЕНТІВ НЕМОВНИХ ВУЗІВ

У сучасній ситуації розвитку суспільства володіння іноземною мовою стає надзвичайно затребуваним в практичній і інтелектуальній діяльності людини. У разі розширення глобалізації світового ринку праці знання іноземних мов підвищує статус фахівця, збільшує професійну конкурентоспроможність, полегшує наукові та ділові контакти. Глобалізація означає, що все більше зростає роль особистих контактів, і, отже, - вербальної комунікації, в тому числі міжнаціональної, яка вимагає знання іноземних мов. Тому не дивно, що останнім часом в нашій країні значно зріс інтерес до іноземних мов, насамперед - до англійської, без знання якої сьогодні складно влаштуватися на високооплачувану роботу і побудувати успішну кар'єру.

Все перелічене істотно підвищує престиж іноземної мови як освітньої дисципліни вузу.

Нове соціальне замовлення навчанню іноземної мови як засобу міжкультурної комунікації передбачає забезпечення умов для володіння студентами різноманітними видами мовної діяльності, але особливо важливою стає роль читання. Читання займає значне місце в житті людини - воно збагачує людину духовно, допомагає глибше зрозуміти навколишній світ, є «мудрістю багатьох століть» і живою формою спілкування з усім людством. Читання іноземною мовою не є винятком. Завдяки науково - технічному прогресу зростає кількість інформації на різних мовах, що, в свою чергу, веде до зростання потреби в людях, здатних цю інформацію зрозуміти і використати. Читання як рідною, так і іноземною мовою відіграє виняткову роль у професійній діяльності фахівця – забезпечує доступ до різних джерел інформації, служить засобом задоволення комунікативних і пізнавальних потреб. Тому читання іноземною мовою є