

5. Шалар О.Г., Глухов І.Г., Новокшанова А.О. (2018) Прояв властивостей особистості та фізичних якостей юних гімнасток у спортивній діяльності // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка, 154 (1), 197-202.
6. Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Новокшанова А.О. (2017) Психологічні особливості юних гімнасток 10-12 років // Український журнал медицини, біології та спорту, 5 (7), 195-197.
7. Шалар О.Г. (2006) Формирование профессионализма студентов физкультурного вуза при кредитно-модульной системе организации обучения // Физическое воспитание студентов творческих специальностей, 4, 162-169.
8. Strykalenko Y., Shalar O., Huzar V., Andrieieva R., Zhosan I, Bazylyev S. (2019) Influence of the maximum force indicators on the efficiency of the passing the distance in academic rowing // Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol.19(3), Art 218, pp 1507-1512, 2019 online ISSN: 2247-806X; p-ISSN: 2247-8051; ISSN-L=2247-8051 JPES
9. Strykalenko Yevgeniy, Zhosan Ihor, Shalar Oleh. (2017) Intellectual abilities high-end handball players of different playing roles // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, 4(40), 128-133
10. Shalar O., Huzar V., Strykalenko Y., Yuskiv S., Homenko Y., Novokshanova A. (2019) Psycho-pedagogical aspects of interaction between personality traits and physical qualities of the young gymnasts of the variety and circus studio // Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol.19(Supplement issue 6), Art 344, pp 2283-2288, 2019 online ISSN: 2247-806X; p-ISSN: 2247-8051; ISSN-L=2247-8051 JPES

УДК 796.012.12:656.61

*Владислав Хоменко, Сергій Юськів, Валерій Свирида
(Херсон, Україна)*

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ

У статті розглянуто і проаналізовано професійно-прикладну психофізичну підготовку курсантів факультету суднової енергетики.

Ключові слова: професійно-прикладна підготовка, психофізична підготовка, курсанти, фізична культура, спорт, заняття.

The article considers and analyzes the professional and applied psychophysical training of cadets of the Faculty of Ship Energy.

Keywords: professional and applied training, psychophysical training, cadets, physical culture, sports, classes.

Головною метою й результатом навчання курсантів у вищих навчальних закладах є формування їхньої готовності до професійної діяльності. Результати наукових досліджень останніх років показують необхідність розробки ефективних засобів впливу на організм, методики фізичної і психологічної підготовки курсантів [1]. З огляду на це, завчасна підготовка молоді до обраної професійної діяльності, до окремих видів професійних робіт стала предметом пильної уваги фахівців фізичного виховання. Одним із шляхів вирішення цієї проблеми покращення якості підготовки фахівців є впровадження професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) у процес фізичного виховання курсантів морських закладів вищої освіти [5; 14]. ППФП повинна формувати прикладні знання, фізичні, психічні й спеціальні якості, уміння й навички, що сприяють досягненню об'єктивної готовності людини до успішної професійної діяльності [2; 3; 7]. Цілеспрямоване використання засобів

фізичної культури й спорту для підготовки курсантів до майбутньої професійної діяльності повинно здійснюватися у закладах вищої освіти будь-якого профілю [4, 6].

Великий досвід у цій сфері дозволяє визначити основні методичні положення й рекомендації, що сприяють вирішенню питання про правильний підбір засобів і форм ППФП, необхідних для вирішення цієї проблеми з фізичного виховання і спорту [9; 13]. Реалізація цього найважливішого розділу фізичного виховання важлива для майбутніх фахівців різних сфер діяльності у ВНЗ. Визначилася методично спрямована система, що дозволяє вибірково використовувати ці засоби в процесі занять. Такими групами засобів можна вважати прикладні фізичні вправи і окремі елементи з різних видів спорту; цілісне застосування прикладних видів спорту [15; 16]; оздоровчі сили природи і гігієнічні чинники; допоміжні засоби, що забезпечують раціональний і якісний освітній процес у розділі ППФП [8; 12]. До своєрідного допоміжного засобу ППФП, що забезпечує її ефективність, варто віднести рекомендації спеціальної методичної літератури по окремим питанням фізичної культури і спортивного тренування, а також різноманітні технічні засоби, що прискорюють процес і підвищують якість ППФП [5; 6]. У цей час визначилося кілька форм реалізації ППФП у системі фізичного виховання курсантів, які можуть бути згруповані у такий спосіб [2; 3; 9]: 1) спеціально організовані навчальні заняття (обов'язкові й факультативні); 2) самостійні заняття з фізичного виховання з окремих спортивних спеціалізацій; 3) фізичні вправи у режимі навчального дня; масові оздоровчі, фізкультурно-спортивні заходи [10; 11]. Проаналізувавши результати опитування серед курсантів факультету суднової енергетики, стало зрозуміло, що для них найбільш прийнятним є саме третій варіант занять. За їх словами – це дасть змогу відволіктися від складних розумових навантажень і сприятливо впливатиме на загальний стан самопочуття [4].

Провівши аналіз відповідної літератури, джерел із мережі Інтернет, а також усне опитування серед курсантів дозволяє підсумувати, що сучасні програми психофізичної підготовки здобувачів вищої освіти недосконалі. Вони потребують доопрацювання, з урахуванням побажань самих курсантів. Особливої уваги у даному питанні потребують курсанти факультету суднової енергетики, адже їх майбутні професії у більшості випадків пов'язані саме з фізичними навантаженнями.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Гузар В.М., Юськів С.М. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів засобами спеціалізованих рухливих ігор. Спортивні ігри. Харків: ХДАФК, 2019, 2 (12), 13-22. URL: <http://doi.org/10.5281/zenodo.2544951>
2. Гузарь В.Н., Чурганов О.А., Свирида В.С. Развитие волевых качеств моряка средствами спортивных и подвижных игр // Проблемы і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах: матеріали XV Міжнар. наук. конф. Харків: ХДАФК, 2019, 8-13.
3. Гузарь В.Н., Болотин А.Э., Юськів С.Н. Развитие тактического мышления, внимания и способностей моряка управлять своими эмоциями средствами подвижных и спортивных игр // Проблемы і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах: матеріали XV Міжнар. наук. конф. Харків: ХДАФК, 2019. С.14-19.
4. Гузар В.М. Компетентнісний підхід у фізичному вихованні як ефективний шлях зміцнення здоров'я курсантів // Медико-біологічні проблеми фізичного виховання різних груп населення, ерготерапії, інклюзивної та спеціальної освіти: матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. Луцьк, 2019, С.40-42.
5. Гузар В.М., Юськів С.М. Вплив фізичних вправ на стійкість організму морських фахівців до вібрації // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку»: Зб. наук. праць. Переяслав, 2020. Вип. 60. С. 223-226
6. Гузар В.М., Юськів С.М. Компетентнісний підхід до навчання з фізичного виховання // Теоретико-методичні засади реалізації компетентнісного підходу в системі ступеневої

підготовки фахівців морської галузі (Результати науково-педагогічного експерименту в Херсонській державній морській академії 2014-2018 р.р.): монографія / [Л.В. Авраменко, О.В. Акімов, Н.Г. Александрова та ін.]; за наук.ред. В.В. Чернявського, Л.Б. Куликової, В.Ф. Ходаковського. Херсон: ХДМА, 2019. С. 425-432.

7. Земляков В.С. Психофізіологія навчально-трудоваї діяльності та працездатності курсантів // Медико-біологічні проблеми фізичного виховання різних груп населення, ерготерапії, інклюзивної та спеціальної освіти: матеріали V Всеукр.наук.-практ. конф., Луцьк, 2019. С.48-50.

8. Топал В.В. Здоровий спосіб життя та проблеми психологічного стану людини // Філософія здоров'я – здоровий спосіб життя – здорова нація: збірник статей, тез і доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції. Херсон: ДВНЗ «ХДАУ», 2018. С. 250-255.

9. Хоменко В.В., Свирида В.С. Мотиви до занять з фізичного виховання курсантів іноземців // Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 28 вересня 2019 р. Переяслав-Хмельницький, 2019. С. 269-272.

10. Хоменко В.В., Свирида В.С. Реалізація професійно-прикладної фізичної підготовки у системі фізичного виховання курсантів // Філософські обрії сьогодення: матеріали VII Міжнар. наук.-практ. конф. Херсон: ХДАУ, 2019. С. 177-178.

11. Хоменко В.В. Оцінка фізичного здоров'я курсантів // Актуальні проблеми сучасної освіти та науки в контексті євроінтеграційного поступу: матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф., Луцьк, 2019. С.219-221

12. Юськів С.М. Удосконалення психофізіологічної готовності морських фахівців до професійної діяльності засобами фізичного виховання // Філософські обрії сьогодення: матеріали VII Міжнар. наук.-практ. конф. Херсон: ХДАУ, 2019. С.221-224.

13. Юськів С.М. Юськів К.В. Вплив фізичного виховання на психоемоційний стан студентів // Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту: зб. матеріалів V регіональної наук.-практ. конф. з міжнародною участю. Харків: ХДАФК. 2017. С. 293-297.

14. Shalar O., Huzar V., Strikalenko Y., Yuskiv S., Homenko V., Novokshanova A. (2019). Psycho-pedagogical aspects of interaction between personality traits and physical qualities of the young gymnasts of the variety and circus studio // Journal of Physical Education and Sport (JPES), 19 (Supplement issue 6), 2283-2288. DOI:10.7752/jpes.2019.s6344

15. Strikalenko Y., Shalar O., Huzar V., Andrieieva R., Zhosan I., Bazylyev S. (2019). Influence of the maximum force indicators on the efficiency of passing the distance in academic rowing // Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol. 19 (3), Art 218, 1507-1512. DOI:10.7752/jpes.2019.03218

16. Strikalenko Y., Shalar O., Huzar V., Voloshinov S., Yuskiv S., Silvestrova H., Holenko N. (2020). The correlation between intelligence and competitive activities of elite female handball players // Journal of Physical Education and Sport (JPES), 20 (1), 63-70. DOI:10.7752/jpes.2020.01008