2. Ареф'єв В. Г. Сучасні аспекти диференційованого програмування розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів загальноосвітньої школи / В. Г. Ареф'єв // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – 2014. – Вип. 9. – С. 12–16.
3. Бабич В. І. Організація оздоровчої роботи у спеціальній медичній групі. Держ. закл. «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». – Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2010. – 108 с.
4. Бісмак О. В. Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах: навч. посіб. / О. В. Бісмак. – Харків: Вид-во Бровін О.В., 2010. – 202 с.
5. Боднар І. Ефективність уроків фізичної культури зі школярами спеціальної медичної групи / І. Боднар // Спортивний вісник Придніпров'я. –2014. –No 1. –С. 12-16.
6. Бублей Т. А. Пріоритетний напрямок удосконалення системи фізичного виховання школярів, які мають нозологічні прояви / Ж. Г. Дьоміна, // Гірська школа Карпат. – Випуск № 16. – 2017. – с. 54-57.
7. Бублей Т.А. Характеристика моделі процесу навчання фізичних вправ школярів 5-9 класів з відхиленнями у стані здоров'я / Т.А. Бублей, Т.М. Редько // Науковий часопис Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/» Випуск 3К (84) 17. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. –С. 94-97.
8. Дубогай О. Зміст та результативність шкільної інноваційної діяльності в системі здоров'язберігаючих технологій / О. Дубогай, М.Євтушок // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 36-40.
9. Зубаль М. В. Індивідуально-типологічний підхід у фізичному вихованні школярів / М. В. Зубаль. // Проблеми теорії і методики фіз. вих.: Наукові праці Кам'янець-Подільск. держ.ун-ту. –2006 –Вип. 4. – С. 255-261.
10. Хрипкова А. Г. Возрастная физиологи и школьная гигиена /А. Г. Хрипкова, М. В. Антропова, Д. А. Фарбер. – М. : Просвещение, 2003. –320 с.

References

1. Anthropova M. Physical development of adolescents and their performance / M. Antropova, V. Kozlov // Physiology of adolescents / Ed. D. A. Farber. –M .: Pedagogy, 1988. – S. 158-184.3.
2. Aref'ev V. Modern aspects of the differentiated programming of developmental-improving classes on physical culture of students of secondary school / V. Aref'ev // Scientific journal of NP Dragomanov. – 2014. –Vip. 9. –C. 12–16.
3. Babich V. Organization of health work in a special medical group. The state. closed «Lugan. nat. Taras Shevchenko University». – Lugansk: Publishing House of Taras Shevchenko LNU, 2010. – 108 p.
4. Bismak O. Therapeutic physical culture in special medical groups: study. tool. / O. Bismak. - Kharkov: O. Brovin, OV, 2010. - 202 p.
5. Bodnar I. Effectiveness of physical culture lessons with students of a special medical group / I. Bodnar // Sport Bulletin of the Dnieper. – 2014. – No 1. – C. 12-16.
6. Bubley T. Priority direction of improving the system of physical education of schoolchildren who have nosological manifestations / Zh. Domina, // Mountain School of the Carpathians. - Issue № 16. - 2017. - p. 54-57.
7. Bubley T. Characteristics of the model of the process of teaching physical exercises of schoolchildren of 5-9 classes with health disorders / T. Bubley, T. Redko // Scientific journal Series 15 "Scientific and pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports /" Issue 3K (84) 17. – K. : Publishing House of NP Drahomanov, 2017. – C. 94-97.
8. Dubogay O. Content and effectiveness of school innovation in the system of health-saving technologies / O. Dubogay, M. Yevtushok // Physical education, sport and culture of health in modern society: Coll. of sciences. Lutsk Ave.: The tower tower of Volyn. nat. them. Lesya Ukrainka, 2008. – T. 1. – C. 36-40.
9. Zubal M. Individual-typological approach in the physical education of students / M. Zubal. // Problems of theory and methodology of phys. ref: Scientific works of Kamianets-Podilsk. state university. – 2006 – Vip. 4. – C. 255-261.
10. Khripkova A. Age physiologists and school hygiene / A. Khripkova, M Antropova, D. Farber. –M. : Enlightenment, 2003. – 320 p.

Маринчук В.В., Кривобок Т.П.
викладач факультету фізичного виховання, спорту та здоров'я
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м .Київ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ ТА ФОРМ ЇЇ ПРОЯВУ У СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

У статті розкрито теоретико-методичні основи розвитку витривалості та форм її прояву у студентів різних спеціальностей.

Визначено необхідність впровадження вікової диференціації оцінки витривалості студентів різних спеціальностей на основі результатів вітчизняних досліджень. Досліджено вікову динаміку показників о розвитку витривалості та форм прояву студентів різних спеціальностей.

Ключові слова: *студенти, здоров'я, витривалість, форми.*

Маринчук Виктория Владимировна, Кривобок Татьяна Петровна. Теоретико-методические основы развития выносливости и форм ее проявления у студентов разных специальностей. *В статье раскрыты теоретико-методические основы развития выносливости и форм ее проявления у студентов разных специальностей.*

Определена необходимость внедрения возрастной дифференциации оценки выносливости студентов разных специальностей на основе результатов отечественных исследований. Исследовано возрастную динамику показателей в развитии выносливости и форм проявления студентов разных специальностей.

Ключевые слова: *студенты, здоровье, выносливость, формы.*

Marinchuk V., Krivobok T. Theoretical and methodological foundations of the development of endurance and forms of its manifestation in students of various specialties. *The article discloses the theoretical and methodological foundations of the development of endurance and the forms of its manifestation in students of various specialties.*

The necessity of introducing age-related differentiation of endurance assessment of students of different specialties based on the results of domestic studies is determined. The age-related dynamics of indicators in the development of endurance and forms of manifestation of students of various specialties is studied.

Today, there are a large number of different techniques aimed at studying the state of health and its individual components in the context of modern higher education.

Given that the result of professional activity is largely determined by the level of development of special capacity for work, in the case of its development in higher education, it is necessary to add professional and applied orientation of the development of the specified quality.

When defining the concept of special endurance of a student, it is necessary to determine the type of sport in which specific work is performed. Typically, this term is used when developing the appropriate quality to perform elements of acyclic sports. Acyclic work includes exercises that are performed with a constant change in the nature of movements and intensity. For example, sports games or martial arts.

In the process of determining the overall endurance of practice, they note that during long-term work of moderate intensity in students increases the heart rate higher than 180 beats / min. in this case, the energy supply to the muscles is due to anaerobic mechanisms.

These features testify to the low level of functioning of the respiratory and cardiovascular systems of the body of the modern student youth, which according to experts is caused by the inefficiency of the organization of the physical training process and the lack of scientifically grounded technologies for the development of physical qualities of future specialists.

Key words: *students, health, endurance, forms.*

Постанова проблеми. Г.Л. Апанасенко [2], А.М. Василенко [3], Г.В. Коробейнікова [9] вказують, що чим вище аеробний енергопотенціал, тим індивід стійкіше до різних негативних факторів – від гіпоксії й інтоксикації до крововтрати й радіоопромінення. При цьому встановлено [3], що існує такий рівень аеробного енергопотенціалу, вище якого не реєструються ні хронічні, ні ендогенні фактори ризику їхнього розвитку.

Однак, слід зазначити [4], що високий рівень розвитку загальної витривалості, стан якої визначає аеробні можливості студента, не гарантує йому абсолютне фізичне здоров'я й для всебічного, гармонійного розвитку організму необхідний комплексний підхід з використанням значного арсеналу засобів.

Причому, ефективність управління процесом розвитку будь-якого компоненту фізичної підготовленості [8], в першу чергу, залежить від наявності достовірної інформації про особливості стану об'єкту впливу, правильного підбору засобів та методів та можливості здійснювати оперативний контроль за розвитком тієї чи іншої фізичної якості.

Аналіз останніх досліджень: На думку дослідників Л.И. Левиной, А.М. Куликова [9], В.О. Горбулі та В.Б. Горбулі [5], В.Д. Єднака [6], формування потенціалу працездатності для подальшої активної життєдіяльності найбільш ефективно відбувається у віці від 14 до 23 років. Однак за даними Комітету з фізичного виховання та спорту МОН України близько 90% учнів та студентів мають відхилення у стані здоров'я, понад 50% вказаного контингенту мають незадовільний стан фізичної підготовленості, лише 25% юнаків можуть бути визнані здатними до військової служби.

Статистично-аналітичні публікації МОЗ України свідчать [6], що з кожною наступною віковою декадою темпи зменшення ресурсів фізичного здоров'я працездатного населення складають у чоловіків 15,5%, а у жінок – 14,4%.

Дослідники В. Волков [4], вказують на помітне зниження здоров'я та зростання рівня захворюваності серцево-судинної, дихальної, нервової систем та показників психофізичної готовності до праці у студентів.

За даними І.П. Смирнової переважна більшість захворювань як у студентському віці, так і загалом у працездатного населення, становлять захворювання серцево-судинної системи. А дослідниця І. Бондар свідчить, що 61% населення у віці 16-19 років має низький рівень фізичної підготовленості.

Дослідження фізичної підготовленості слухачів Національний університет оборони України імені Івана Черняховського, де розвитку фізичних якостей приділяють значну увагу, показало наявність негативної динаміки, а саме – у період з з 2010 до 2016 року кількість контингенту з високим рівнем розвитку фізичних якостей скоротилася з 71,43 до 58,74%.

Також, відповідно до Державних критеріїв оцінки [6], результати фізичної підготовленості дівчат, за даними Ю. Мазуренко, свідчать про задовільний розвиток тільки гнучкості (14 см), а швидкість (4,7 с), сила (згинання та розгинання рук в упорі лежачи – 2 р.) та силова витривалість (підйом тулуба у положення «сидячи» – 31 р.) значно відстають від середньої норми.

В результаті визначення стану здоров'я даного контингенту стало відомо, що рівень здоров'я у представників чоловічої статі дорівнює 67,37%, а у жіночої статі – 31,70%.

Об'єкт дослідження – процес розвитку витривалості та форм її прояву у студентів педагогічного фаху.

Мета дослідження – вдосконалення процесу розвитку витривалості та форм її прояву у студентів педагогічного фаху.

Виклад основного матеріалу: Відомо [4], що більшість фізичних вправ виконують комплексні завдання і не обмежуються вдосконаленням одного органу чи однієї системи, а фізичні якості та форми їх прояву, у свою чергу, взаємопов'язані і їх стан, у деяких випадках, може відображати загальний стан організму студента.

Отже, під фізичними якостями [5] прийнято розуміти комплекс біологічних та психічних властивостей, які забезпечують ефективну рухову діяльність.

Зокрема, витривалість підрозділяють [5] на, тренувальну і змагальну, локальну, регіональну і глобальну, аеробну і анаеробну, м'язову і вегетативну, сенсорну і емоціональну, статичну і динамічну, швидкісну і силову. З практичною метою професори В.М. Платонов і М.М. Булатова [5] рекомендують поділити витривалість на загальну та спеціальну.

Враховуючи, що результат професійної діяльності багато в чому визначається рівнем розвитку спеціальної працездатності, у випадку її розвитку в умовах вищого навчального закладу необхідно додати професійно-прикладну спрямованість розвитку вказаної якості.

Наприклад (табл. 1), для виховання витривалості та форм її прояву використовують вправи різної інтенсивності.

Залежно від інтенсивності виконання фізичних вправ пропонується [3] три типи інтервалів відпочинку:

- великі, що дозволяють до наступного повторення фізичної вправи відновити працездатність;
- скорочені, коли виконання наступних прав проводиться на фоні, близькому до початкового рівня, але працездатність ще не відновилася;
- малі, коли повторення виконання фізичної вправи відбувається на фоні значного зниження працездатності.

У процесі занять відпочинок може бути активним чи пасивним. Це залежить від інтенсивності виконання вправ та їхньої тривалості. Звичайно малі інтервали відпочинку пов'язані з пасивними рухами, а великі – з вправами активного характеру.

Однак, зміст вищезгаданих компонентів відносний та варіюється в залежності від віку та рівня підготовленості. Нажаль, розробка методичних рекомендацій щодо розвитку компонентів фізичної підготовленості студентської молоді на сучасному етапі вдосконалення системи фізичного виховання [3], не має єдиної методології, у більшості, носить однобічний характер і спрямована на розвиток однієї чи кількох фізичних якостей або на вдосконалення тільки одного з елементів управління вказаним процесом.

Таблиця 1

Зміст компонентів фізичного навантаження, спрямованого на розвиток витривалості та форм її прояву

Спрямованість тренувального навантаження, інтенсивність	Компоненти тренувального навантаження		
	Тривалість, с	Відпочинок, с	Повторення, кількість разів
Загальна витривалість, середня ЧСС – 130 уд. хв.	120-180	60-90	5-6
Швидкісна витривалість, максимальна ЧСС – 170 уд. хв.	20-40	60-120	6-7
Силова витривалість, середня та велика ЧСС – 130 - 150 уд. хв.	40-120	60-120	3-5

Причому, на думку В. Волкова [3], викладач фізичного виховання не тільки не має чітких методичних вказівок, які б відповідали віковим закономірностям розвитку фізичних якостей, а навпаки, згідно державних нормативів оцінки приходить до висновку, що розвиток усіх систем та органів студентської молоді зупиняється у період від 17 до 21 років.

Так, рядом дослідників встановлено, що нижній рівень зони досягнення тренувального ефекту знаходиться у межах ЧСС 120-130 уд/хв, а верхня межа ЧСС після інтенсивної роботи у студентів повинна дорівнювати 180-200 уд/хв.

В. Гуменний [4] апробував декілька методик і дійшов висновку, що в процесі основної частини заняття фізичним вихованням найбільш ефективною є інтенсивність навантаження у межах 120-170 уд/хв, причому обсяги вправ в умовах верхньої межі ЧСС не повинні перевищувати 2-3 хв, і потім поступово знижуватися.

Однак виконання роботи з інтенсивністю 170 уд/хв впродовж трьох хвили може витримати тільки добре тренована людина. Після половини заняття і виконання ряду рухових завдань розвиток швидкісних та швидкісно-силових якостей відбувається неефективно. Найбільш доцільно на початку заняття впроваджувати засоби анаеробного характеру у малих обсягах, що дозволяє швидке відновлення організму і потім забезпечує оптимальне тренування витривалості чи форм її прояву у великих обсягах, але з малою чи середньою інтенсивністю.

Вивчення динаміки фізичної підготовленості студентів дослідником Г.П. Грибаном показало, що після другого курсу темпи приросту сповільнюються, а після третього та четвертого курсів відбувається зниження рівню розвитку фізичних якостей. Це, на думку автора, вказує на низьку відвідуваність занять з фізичного виховання майбутніх фахівців, так як більшість з них прагнуть вже з 3-го курсу працювати.

До комплексу входять вправи, які характеризувалися маховими рухами, підйомами та відводами рук стоячи та лежачи і використовуються додатково до занять два рази на тиждень.

Процес розвитку витривалості людини, на думку В.М. Платонова та М.М. Булатової [3], протягом тренувального макроциклу умовно може бути поділений на три етапи:

1. Розвиток загальної витривалості;

2. Диференційоване удосконалення окремих компонентів спеціальної витривалості, в тому числі і тих форм її прояву які забезпечують високий результат професійної діяльності;

3. Цілісний розвиток спеціальної витривалості.

Враховуючи низький рівень розвитку витривалості у студентів, у більшості випадків, використовують навантаження малої інтенсивності, періодично збільшуючи обсяг роботи.

Як правило, для цього застосовують бігові вправи або плавання у басейні за допомогою різноманітних засобів для виключення роботи силової спрямованості.

У разі вдосконалення швидкісної або швидкісно-силової витривалості робота, спрямована на підвищення аеробних можливостей [3] і повинна виконуватись лише в обсязі, що забезпечує ефективне виконання специфічної роботи і перебіг відповідних процесів, і в той же час не створювати перешкод для наступного розвитку швидкісних якостей і удосконалення швидкісної техніки. Основна увага повинна приділятися підвищенню працездатності при виконанні різного роду загально-підготовчих і допоміжних вправ, спрямованих на розвиток швидкісно-силових якостей, анаеробних можливостей, гнучкості і координаційних якостей.

Виконання циклічної роботи пов'язано з одноманітною руховою діяльністю, яка може відрізнятися тільки темпом (інтенсивністю). Наприклад, плавання чи біг без перешкод. У такому випадку у значних обсягах виконують вправи, максимально наближені до елементів змагальної діяльності.

Висновки. Аналіз результатів досліджень стану, як здоров'я, так і фізичної підготовленості сучасної студентської молоді показав, у більшості випадків, наявність не тільки низького рівню відповідних показників, а й негативної тенденції до збільшення контингенту спеціальних медичних груп.

Причому погіршення стану здоров'я майбутніх фахівців відбувається на фоні зниження рівню розвитку фізичних якостей та втрати соціально -культурних цінностей, однак в обох випадках ситуація викликана переглядом пріоритетів у суспільстві, що вказує на прорахунки не тільки у методології побудови навчального процесу з фізичного виховання, а й у функціонуванні всієї системи освіти;

2. Фізична підготовка студентської молоді розподіляється на три види, які характеризуються загальною, професійно-прикладною та спеціальною спрямованістю використання фізичних вправ.

Формування фундаменту для розвитку професійно-прикладних та спеціальних фізичних якостей відбувається за рахунок засобів загальної фізичної підготовки з урахуванням приналежності студента до основної, спеціальної медичної групи чи групи спортивного вдосконалення. Такий підхід забезпечує підвищення рівню компонентів фізичного і психічного здоров'я та сприяє гармонійному фізичному розвитку студента;

3. Основними компонентами методики фізичної підготовки студентської молоді є обсяг та інтенсивність навантаження, а також обсяг та спрямованість відпочинку між вправами, за допомогою варіювання яких здійснюється цілеспрямований розвиток сили, швидкості, гнучкості, спритності та витривалості, а також форм їх прояву.

Наявність відповідного методичного фонду не дозволяє вітчизняним практикам фізичного виховання ефективно здійснювати управління процесом розвитку витривалості та форм її прояву студента в зв'язку з відсутністю чітких рекомендацій з урахуванням особливостей контингенту. Наявність арсеналу відповідних засобів та методик, у більшості, стосується різних видів спорту або представників шкільного віку, а їх перенесення у практику фізичного виховання майбутніх фахівців є некоректним та недоцільним;

Література

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека СПБ.: МГП «Метрополис», 1992. – 123 с.
2. Апанасенко Г.Л., Науменко Р.Г. Соматическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида //Теория и практика физической культуры, 1988. – №4. – С. 29-31.
3. Василенко А.М. Максимальное потребление кислорода, как критерий устойчивости человека к гипоксии, гипер- и гипотермии //Космическая биология и авиакосмическая медицина, 1980. – №6. – С. 3-10.
4. Волков В.Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: Навчальний посібник. – К.: «Освіта України», 2008. – 256 с.
5. Горбуля В.О., Горбуля В.Б. Стан здоров'я, фізичної підготовленості та мотивації до занять фізичним вихованням студентів ЗНУ //Педагогіка, психологія та медико-педагогічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2005 – №24. – С. 47-51.
6. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України, Постанова кабінету міністрів України від 15 січня 1996 року №80, м. Київ. – 31 с.
7. Єднак В. Обґрунтування та вибір тестів для оцінки рівня фізичної підготовленості юнаків-студентів груп загальної фізичної підготовки основного відділення вузів //Мат. 1-ї Всеукраїнської конференції аспірантів галузі фізичної культури і спорту, Львів, 1997. – С. 64-66.
8. Здоровье населения Украины и деятельность лечебно-прафилактических заведений системы охраны здоровья Украины в 1990-1999 годах. Статистическо-аналитический справочник. – К., 2000. – 205 с.
9. Кузнєцова О. Вплив фізичної культури на стан здоров'я студентів економічних спеціальностей впродовж навчання їх у вузах //Мат. науково-практ. конф. "Актуальні проблеми розвитку руху "Спорт для всіх" у контексті європейської інтеграції України", Тернопіль, 2004. – С. 301-302.

Reference

1. Apanasenko G. L. (1992) Evolution of bioenergy and human health of the SPB: Metropolis IHP, - 123 p.

2. Apanasenko G. L., Naumenko R. G. (1988) Somatic health and maximal aerobic capacity of the individual // Theory and Practice of Physical Culture. - №4. - P. 29-31.

3. Vasilenko A. M. (1980) Maximum oxygen consumption as a criterion for human resistance to hypoxia, hyper- and hypothermia // Space Biology and Aerospace Medicine. - №. 6. - P. 3-10.

4. Volkov V.L. (2008) Fundamentals of the theory and methods of physical training of student youth: A textbook. - K.: "Education of Ukraine". - 256 p.

5. Gorbula V. O., Gorbula V. B. (2005) State of health, physical fitness and motivation for physical education of ZNU students // Pedagogy, psychology and medical-pedagogical problems of physical education and sports. - №24. - P. 47-51.

6. State tests and standards of assessment of physical fitness of the population of Ukraine, Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine of January 15, 1996., №. 80, Kyiv. - 31 sec.

7. Yednak V. (1997) Substantiation and selection of tests for the assessment of the level of physical fitness of youth students of groups of general physical training of the main department of high schools // Mat. 1st All-Ukrainian Conference of Postgraduate Students in the Field of Physical Culture and Sports, Lviv. - P. 64-66.

8. Health of the population of Ukraine and activity of medical establishments of the system of health protection of Ukraine in 1990-1999. Statistical and analytical reference book. - K., 2000. - 205 p.

9. Kuznetsova O. (2004) Influence of physical culture on the health of students of economic specialties during their education in high schools // Mat. scientific practice. Conf. “Actual Problems of Development of the Sport for All Movement in the Context of European Integration of Ukraine”, Ternopil. - P. 301-302.

УДК 796.011:37:022.258:[-057.87:373.5]

Масол В.В., Тимчик М. В.
Інститут проблем виховання НАПН України
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ РІШУЧОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

У статті висвітлено теоретичні аспекти виховання рішучості старшокласників у процесі занять фізичною культурою. Із цією метою проаналізовано організаційно-педагогічні умови, зміст, форми і методи виховання рішучості старшокласників у процесі занять фізичною культурою в закладах загальної середньої освіти. Розкрито значення занять фізичною культурою та спортивно-масовою роботою у контексті виховання рішучості старшокласників. Встановлено, що уміле застосування у закладах загальної середньої освіти організаційно-педагогічних умов, змісту, форм і методів спрямованих на формування вольових та фізичних якостей особистості сприяє підвищенню в учнів старших класів фізичної підготовленості, вихованню рішучості, дисциплінованості та інших важливих особистісних якостей. Також з’ясовано, що дослідження є необхідним, оскільки в учнів шкільного віку знижується інтерес до занять фізичною культурою, тренувань у спортивних секціях та за місцем проживання.

Ключові слова: *виховання рішучості, рішучість, старшокласники, фізична культура, спортивно-масова робота.*

В.В. Масол, Н. В. Тымчик. Теоретические аспекты воспитания решимости старшеклассников в процессе занятий физической культурой. *В статье освещены теоретические аспекты воспитания решительности старшеклассников в процессе занятий физической культурой. С этой целью проанализированы организационно-педагогические условия, содержание, формы и методы воспитания решительности старшеклассников в процессе занятий физической культурой в учреждениях общего среднего образования. Раскрыто значение занятий физической культурой и спортивно-массовой работой в контексте воспитания решительности старшеклассников. Установлено, что умелое применение в учреждениях общего среднего образования организационно-педагогических условий, содержания, форм и методов направленных на формирование волевых и физических качеств личности способствует повышению в учащихся старших классов физической подготовленности, воспитанию решительности, дисциплинированности и других важных личностных качеств. Также установлено, что исследование является необходимым, поскольку в учащихся школьного возраста снижается интерес к занятиям физической культурой, тренировкам в спортивных секциях и по месту жительства.*

Ключевые слова: *воспитание решительности, решительность, старшеклассники, физическая культура, спортивно-массовая работа.*

V.V. Masol. N.V. Tymchyk. Theoretical aspects of the development of high school students' resolve in the process of physical education. *The article highlights the theoretical aspects of the development of decisiveness of high school students in the process of physical education. For this purpose, the organizational and pedagogical conditions, the content, forms and methods of raising the resolve of high school students in the process of physical education in institutions of general secondary education are analyzed. The importance of physical education and mass sports in the context of educating the determination of high school students is revealed. It has been established that the skillful application of organizational and pedagogical conditions, content, forms and methods in the institutions of general secondary education aimed at the formation of the volitional and physical qualities of the person helps to increase physical fitness in high school students, foster decisiveness, discipline and other important personal qualities. It was also established that the study is necessary, since interest in physical education, training in sports sections and in the community decreases in school-age students.*