8. Старченко А.Ю. Оптимізація фізкультурної освіти старших дошкільнят на основі застосування засобів дитячого фітнесу : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 "Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення" / А.Ю. Старченко. –Дніпропетровськ, 2015. – 20 с.

References

1. Krucevy`ch T.Yu. (2012), Zmist i zasoby` programy` integrovanogo rozvy`tku ruxovy`x i moral`ny`x yakostej ditej starshogo doshkil`nogo viku / T.Yu. Krucevy`ch, N.Ye. Pangelova // Fizy`chne vy`xovannya, sport i kul`tura zdorov'ya u suchasnomu suspil`stvi: zb.nauk.pracz` Voly`ns`kogo nacz. un-tu im. Lesi Ukrayinky` /uklad. A.V. Cz`os`, S.P. Kozibrods`ky`j. – Lucz`k: Voly`n.nacz.un-t im. L. Ukrayinky`, Vol. 33 (19), pp. 157-163.
2. Kozibroda L.V. (2006), Organizacijno-metody`chni aspekty` fizy`chnogo vy`xovannya ditej starshogo doshkil`nogo viku z vidxy`lennyamy` u stani zdorov'ya: dy`s.… kand. nauk z fiz. vy`x. i sportu / L.V. Kozibroda. – L`viv,179 pp.
3. My`xno L.S. (2017), Fizy`chne vy`xovannya molodshy`x shkolyariv na osnovi zastosuvannya zasobiv joga-aerobiky`: dy`s. …kand. nauk z fiz. vy`x. ta sportu. – 24.00.02 / L.S. My`xno. – Ky`yiv, 21pp.
4. Maksy`menko L. M. (2018), Vy`kory`stannya zasobiv florbolu u procesi fizy`chnogo vy`xovannya ditej 5-6 rokiv : dy`s. … kand. nauk z fiz. vy`xovannya ta sportu : 24.00.02 / Maksy`menko Lyudmy`la My`xajlivna. - Sumy`, 322 pp.
5. Nazarkevy`ch L. I. (2018), Struktura i zmist fizkul`turno-ozdorovchy`x zanyat` z plavannya dlya ditej molodshogo shkil`nogo viku : dy`s. … kand. nauk z fiz. vy`xovannya i sportu : 24.00.02 / Nazarkevy`ch Liliya Igorivna . – L`viv, 246 pp.
6. Pangelova N.Ye. (2014), Teorety`ko- metody`chni zasady` formuvannya garmonijno rozvy`nenoyi osoby`stosti dy`ty`ny` doshkil`nogo viku v procesi fizy`chnogo vy`xovannya: avtoref. dy`s. … dokt. nauk z fiz. vy`x. i sportu: 24.00.02 / N.Ye.Pangelova. – Ky`yiv, 39 pp.
7. Polyakova A. V. (2015), Organizacijno-metody`chni zasady` ruxovogo rezhy`mu ditej 3-4 rokiv u doshkil`ny`x zakladax riznogo ty`pu : avtoref. dy`s. na zdobuttya nauk. stupenya kand. nauk z fiz. vy`x. i sportu : specz. 24.00.02 "Fizy`chna kul`tura, fizy`chne vy`xovannya rizny`x grup naselennya" / Polyakova Antonina Vitaliyivna – Dnipropetrovs`k, 22 pp.
8. Starchenko A.Yu. (2015), Opty`mizaciya fizkul`turnoyi osvity` starshy`x doshkil`nyat na osnovi zastosuvannya zasobiv dy`tyachogo fitnesu : avtoref. dy`s. ... kand. nauk z fiz. vy`xovannya i sportu : 24.00.02 "Fiz. kul`tura, fiz. vy`xovannya rizny`x grup naselennya" / A.Yu. Starchenko. –Dnipropetrovs`k, 20 pp.

УДК 796.417.2.01

Півень О.П.,
к.п.н.,доц.,кафедри спортивних дисциплін та туризму;
Гордієнко О.І..,
ст. викл. кафедри спортивних дисциплін та туризму
Університет Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ЗАСОБАМИ ХОРЕОГРАФІЇ

Анотація. *В статті надано результати визначення рівня розвитку окремих параметрів розвитку координаційних здібностей школярів молодших класів, а також представлено порівняльну характеристику досліджуваних показників у статевому та віковому аспектах. Від рівня розвитку координації залежить швидкість адаптації дитини до різних рухових ситуацій.*

Мета дослідження*: визначити особливості координаційної підготовленості школярів молодшого шкільного віку.* ***Методи*** *й організація дослідження. В дослідженні використані такі методи: метод теоретичного аналізу та узагальнення літературних джерел, вивчення документальних матеріалів, педагогічне спостереження і хронометраж навчальних занять; метод контрольних випробувань, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.*

Результати дослідження. *Хореографія, завдяки своїм специфічним функціям, дозволяє розвивати в молодших школярів емоційно-виразну пластику рухів, володіння моторикою власного тіла. Одним із перспективних напрямів удосконалення системи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку є наукове обґрунтування використання засобів хореографії для розвитку координаційних здібностей. Розроблена програма формування координаційних здібностей з використанням засобів хореографії дозволяє покращити рівень розвитку координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку.*

Висновки. *У молодшому шкільному віці дівчатка мають більш високий, ніж хлопчики, рівень прояву статичної рівноваги, а показники динамічної рівноваги хлопчиків вище аналогічних показників дівчаток. Отримані данні вікового розвитку координаційних здібностей вказують на необхідність розробки методики диференційованого фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Дітей, що не займаються спортом і мають середні й низькі показники фізичної підготовленості, варто орієнтувати на поліпшення особистих результатів.*

Ключові слова: *молодший шкільний вік, координаційні здібності, засоби хореографії.*

Пивень А.Ф., Гордиенко А.И. Особенности развития координационных спосібностей учащихся начальных классов средствами хореографи. *В статье даны результаты определения уровня развития отдельных параметров развития координационных способностей школьников младших классов, а также представлена сравнительная характеристика исследуемых показателей в половом и возрастном аспектах. От уровня развития координации зависит скорость адаптации ребенка к различным двигательных ситуаций.*

Цель исследования*: определить особенности координационной подготовленности школьников младшего*

*школьного возраста. **Методы и организация исследовани**я. В исследовании использованы следующие методы: метод теоретического анализа и обобщения литературных источников, изучение документальных материалов, педагогическое наблюдение и хронометраж учебных занятий; метод контрольных испытаний, педагогический эксперимент, методы математической статистики.*

***Результаты исследования**. Хореография, благодаря своим специфическим функциям, позволяет развивать у младших школьников эмоционально-выразительную пластику движений, владение моторикой собственного тела. Одним из перспективных направлений совершенствования системы физического воспитания детей младшего школьного возраста является научное обоснование использования средств хореографии для развития координационных способностей. Разработана программа формирования координационных способностей с использованием средств хореографии позволяет улучшить уровень развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста.*

***Выводы**. В младшем школьном возрасте девочки имеют более высокий, чем мальчики, уровень проявления статического равновесия, а показатели динамического равновесия мальчиков выше аналогичных показателей девочек. Полученные данные возрастного развития координационных способностей указывают на необходимость разработки методики дифференцированного физического воспитания детей младшего школьного возраста. Детей, не занимающихся спортом и имеют средние и низкие показатели физической подготовленности, стоит ориентировать на улучшение личных результатов.*

Ключевые слова*: младший школьный возраст, координационные способности, средства хореографии.*

***Piven O., Gordienko O. Features of the development of the coordination abilities of primary school students by means of choreography.** The article presents the results of determining the level of development of certain parameters of the development of coordination abilities of primary school students, as well as presents a comparative description of the studied indicators in terms of gender and age. The speed of adaptation of the child to different motor situations depends on the level of coordination development.*

***The purpose of the study**: to determine the features of coordination training of primary school students. Methods and organization of research. **The following** methods were used in the study: the method of theoretical analysis and generalization of literary sources, study of documentary materials, pedagogical observation and timing of classes; method of control tests, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics.*

***Research results**. Choreography, due to its specific functions, allows you to develop in younger students emotionally expressive plasticity of movements, mastery of their own body motility. One of the promising areas for improving the system of physical education of primary school children is the scientific justification for the use of choreography for the development of coordination skills. The developed program of formation of coordination abilities with use of means of choreography allows to improve the level of development of coordination abilities at children of primary school age.*

***Conclusions**. In primary school age, girls have a higher level of static balance than boys, and the dynamic balance of boys is higher than that of girls. The obtained data on the age development of coordination abilities indicate the need to develop a methodology for differentiated physical education of primary school children. Children who do not play sports and have medium and low levels of physical fitness should focus on improving personal results.*

***Key words**: primary school age, coordination abilities, means of choreography.*

Постановка проблеми. Індивідуальний та диференційований підходи до учнів у процесі фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах є обов'язковими для реалізації. Для цього чинна програма з фізичного виховання визначає такі критерії: рівень фізичного розвитку, фізичного здоров'я і фізичної підготовленості. Але такі критерії є лабільними, тобто змінюють свої характеристики під дією різних зовнішніх чинників [2; 4; 6], а отже лише частково відображають індивідуальні особливості учнів. З іншого боку існують показники, що характеризують різні сторони життєдіяльності організму індивіда та залишаються практично незмінними протягом тривалого часу, – генетичні маркери, одним з яких є соматичний тип конституції. Він широко використовується у спортивній, діяльності як прогностичний показник рухових можливостей індивіда [5; 6], як показник схильності до певних захворювань [3]. Наголошується також [1; 4, с.19] на можливості використовувати цей показник як критерій диференціації у процесі шкільного фізичного виховання, оскільки мають місце суттєві розбіжності між представниками різних соматотипів, а саме: в особливостях вивчення техніки рухових дій, вияві й динаміці морфофункціональних показників, стані фізичного здоров'я. Разом із тим, практично відсутні [5] дані про динаміку координації учнів початкової школи при використанні чинного змісту фізичного виховання, що зумовлює необхідність проведення відповідного дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У основу багаторічного процесу фізичного виховання повинні бути покладені індивідуальні особливості дитини (Мохова Л. Н., Камалетдинов В. Г., 1995; Лях В. І., 2000). У теперішній час орієнтир на «середнього» школяра вважається не коректним, так як у межах одного і того ж віку спостерігається значний розкид у темпах морфологічного, психофункціонального розвитку, прояву рухових здібностей і рівня біологічної зрілості (Круцевич, Т. Ю., 2003; Скалій Т. В., 2006).

Вирішення цієї проблеми дозволить не лише удосконалити процес фізичного виховання учнів, але і дасть можливість індивідуалізувати навчально-виховну роботу з фізичної культури, диференціювати навчальні завдання та шляхи їх використання, нормувати фізичні навантаження та засоби їх регулювання, підібрати методи та прийоми дидактики відповідно до індивідуальних особливостей організму дитини.

Сучасна теорія й методика фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку рекомендує вводити у зміст занять рухи початкової хореографії, насичувати образними танцювальними рухами різні форми роботи з фізичного виховання.

Історично склалося так, що відомі мистецтвознавці, педагоги, філософи різних часів підкреслювали необхідність раннього залучення дітей до танцювальної діяльності для їх різнобічного розвитку [5].

Мета дослідження – вплив використання засобів хореографії на розвиток координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку.

Завдання:

1. Узагальнити теоретичний та практичний досвід розвитку координаційних здібностей у фізичному вихованні дітей початкових класів.

2. Розробити методику розвитку координаційних здібностей у дітей початкових класів засобами хореографії.

3. Експериментально обґрунтувати ефективність запропонованої програми розвитку координаційних здібностей засобами хореографії в дітей початкових класів.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної та спеціальної літератури, педагогічні спостереження, педагогічні експерименти, методи математичної обробки даних.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження з проблеми розвитку координаційних здібностей у дітей свідчать, що точність м'язових диференціювань, спритність, координація рухів, швидкість успішно розвиваються у дошкільному віці. Розвинувшись, вони зберігаються тривалий час і дозволяють успішно опановувати різноманітні рухові дії, які використовуються в побуті, праці та спорті. Діти 7-10 років морфофункціонально готові для виховання практично всіх якостей, реалізованих у руховій активності людини [5].

Аналіз результатів тестування рівня розвитку фізичних якостей у дітей молодшого шкільного віку свідчать, що їх рівень відповідає нижчому за середній. З отриманих результатів можна зробити висновок, що найкращі результати отримані при виконанні вправ на швидкість (30%), гнучкість (25%) і силу (20%). Найгірші показники отримані у вправах, які оцінювали рівень розвитку координації (17%) і витривалості (8%).

Для вивчення, які засоби для розвитку координаційних здібностей найчастіше застосовують вчителі на заняттях з дітьми молодшого шкільного віку, було проведене анкетування. Результати анкетування засвідчують, що вчителі молодших класів на уроках фізичної культури для розвитку координаційних здібностей насамперед використовують різноманітні вправи з предметами та без предметів (46,7%), ігри та ігрові завдання (20%), естафети (12,2%), різноманітні пересування зі зміною напрямку (10%), вправи підвищеної координаційної складності (6,3%), засоби музично-ритмічного та хореографічного виховання (4,8%).

Для вирішення поставлених завдань дослідження ми розробили програму формування координаційних здібностей з використанням засобів хореографії, яка складається з п'яти блоків навчально-тренувальних завдань, кожен з яких передбачав постановку певних педагогічних завдань, відрізняються добором засобів для їх реалізації.

Блок № 1. Завдання: формування здатності оцінювати й регулювати динамічні і просторово-часові параметри рухів.

Умови виконання: вправи, танцювальні елементи й фігури виконуються біля станка та на середині з різних вихідних положень.

Засоби: 1. Елементи «школи» класичного танцю (демі та гран пліє, батман тандю, батман тандю жете, гран бантман, повороти переступанням, на двох та одній нозі).

2. Елементи «школи» народно-сценічного танцю - (різновиди кроків, підскоків, стрибків, і поворотів з українського народного танцю).

3. Вправи музично-ритмічного виховання (завдання на зміну швидкості, темпу, ритму, напряму руху під час ходьби, бігу; зміну виду пересування: ходьба – біг - ходьба - підскоки).

Блок № 2. Завдання: формування здатності зберігати стійку рівновагу.

Умови виконання: вправи, танцювальні елементи й фігури виконуються з опорних та без опорних положень.

Засоби: 1. Елементи «школи» класичного танцю (релеве на півпальці біля станка та без опори, арабеск, повороти на півпальцях, соте, демі та гран пліє на середині, стійка на півпальцях у третій та шостих позиціях, виконання позицій ніг на середині без опори руками).

2. Елементи «школи» народно-сценічного танцю (повороти переступаннями з притупом, змінюючи темп виконання, крок польки з поворотом, крок галопу в поєднанні з підскоками з поворотом на 360º, колупалочка з поворотом, падебаск).

3. Вправи пантоміми (пози, які зображають та виражають емоції, плавні, хвилеподібні образні рухи з основної стійки в присід, відображення сюжету рухами рук, тулуба, ніг, зображення рухів казкових героїв).

Блок № 3. Завдання: формування здатності відчувати й засвоювати ритм.

Умови виконання: вправи, танцювальні елементи й фігури виконуються в русі та ігрових умовах.

Засоби: 1. Вправи музично-ритмічного виховання (крокування, біг, підскоки, стрибки, вправи для загального розвитку, музичні та сюжетні ігри, естафети під музику, вправи на імпровізацію, вправи ритмічної гімнастики та аеробіки – джеки, підскоки, різноманітні кроки з рухами рук).

2. Елементи «школи» народно-сценічного танцю (хлопки та притупи, потрійний притуп, голубці, колупалочка з притупом, вірьовочка, вистукування, крок польки, крок галопу, підскоки).

3. Елементи «школи» сучасного танцю (елементи модерн-хореографії: хіп-хопу, верхнього брейку).

Блок № 4. Завдання: формування здатності довільно розслабляти м'язи.

Умови виконання: вправи, танцювальні елементи і фігури виконуються в повільному темпі на середині з різних вихідних положень у поєднанні з вправами на розслаблення.

Засоби: 1. Елементи «школи» класичного танцю (хвилі, помахи, елементи «американки»).

2. Вправи музично-ритмічного виховання (вправи на імпровізацію, вправи на зміну м'язових напружень, зміну динаміки рухів, ігри та ігрові завдання).

3. Вправи пантоміми (плавні, хвилеподібні образні рухи з основної стійки в присід, відображення сюжету рухами

рук, тулуба, ніг, зображення рухів казкових героїв).

Блок № 5. Завдання: формування здатності поєднувати рухи в руховій дії

Умови виконання: вправи, танцювальні елементи і фігури виконуються на середині прохідним та потоковим способом.

Засоби: 1. Вправи музично-ритмічного виховання (поєднання різновидів підскоків, кроку, бігу, підскоків, стрибків, вправ для загального розвитку, музичні та сюжетні ігри, естафети під музику, вправи на імпровізацію, вправи ритмічної гімнастики та аеробіки).

2. Елементи «школи» класичного танцю (релеве на півпальці, релеве з фіксацією стійки на півпальцях, демі та гран пліє у 1, 2 позиціях, батмани, соте, пор де бра, поєднання виконання цих вправ біля опори з виконанням на середині, де перехід виконується поворотами, кроками вальсу, балансе, вправи «американки»).

3. Елементи «школи» народно-сценічного танцю (тацювальна композиція з кроків бігунця, притупів, колупалочки з потрійним притупом, голубців, вірьовочки, поворотів переступанням з акцентованим притупом та оплеском; кроки польки, галопу у поєднанні з підскоками та поворотами).

Для визначення впливу на розвиток координаційних здібностей запропонованої програми з використанням засобів хореографії був проведений експеримент. Експериментальне дослідження проводилося впродовж 2019 навчального року в Бориспільській ДЮСШ № 2, в якому взяли участь 48 дітей молодшого шкільного віку. Основним методом діагностики координаційних здібностей, на думку авторів, є спеціально дібрані рухові (моторні) тести [1, 3]. Ми застосовували вправи I, II, III рівня складності та тести для визначення рівня балансування й вестибулярної стійкості. І рівень складності передбачав вправи для рук і рухи руками. ІІ рівень – вправи для рук і ніг та їх поєднання. ІІІ рівень – вправи для рук, ніг, тулуба та їх поєднання. Діти були поділені на дві групи – експериментальну й контрольну. Навчально-тренувальні заняття в обох групах проводилися тричі на тиждень по годині. Заняття в контрольній групі здійснювалися за традиційною методикою й передбачали використання в підготовчій та основній частині різноманітних вправ для загального розвитку, різновидів пересувань, ігор та естафет і т.п. В експериментальній групі заняття проводилися з використанням запропонованої методики. У підготовчу та основну частини занять уводилися блоки завдань із використанням засобів хореографії «школи» класичного, народно-сценічного, сучасного (модерн-хореографії) танцю, пантоміми та вправ музично-ритмічного виховання.

Повторне тестування розвитку координаційних здібностей у дітей двох груп засвідчує поліпшення результатів за усіма показниками як в експериментальній, так і в контрольній групах ($p< 0,05$). У експериментальній групі після експерименту рівень розвитку координаційних здібностей становив 73%, у контрольній групі – 56% від норми. Результати виконання вправ І рівня складності зросли в ЕГ на 20%, 9% у КГ (різниця становить 11%). За результатами виконання вправ ІІ рівня складності показники ЕГ зросли на 25%, і 12% у КГ (різниця дорівнює 13%). Щодо вправ найвищої складності ІІІ рівня поліпшення ЕГ становить 26%, 8% відповідно у КГ (різниця – 18%). Показники тесту на балансування зросли у ЕГ 28% і 9% у КГ (різниця становить 19%). Вестибулярна стійкість в ЕГ наприкінці експерименту поліпшилася на 30% і 10% у КГ (різниця дорівнює 20%). Різниця впливу на розвиток координаційних здібностей запропонованої програми з використанням засобів хореографії становить 17%.

Висновки. Аналіз стану проблеми в літературі показав, що питання розвитку координаційних здібностей у дітей початкових класів на заняттях з хореографії далекі від остаточного розв'язання і потребують детального дослідження та висвітлення. Дані вікової анатомії, фізіології, психології свідчать про те, що молодший шкільний вік – період інтенсивного розвитку психомоторних функцій.

Для розвитку координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку найбільше вчителі використовують вправи для загального розвитку з предметами та без предметів (46,7%), ігри та ігрові завдання (20%), естафети (12,2%), різноманітні пересування зі зміною напрямку (10%), вправи підвищеної координаційної складності (6,3%), вправи хореографії (4,8%). Розроблена програма формування координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку з використанням засобів хореографії дозволила поліпшити рівень розвитку координації в експериментальній групі на 17% більше, ніж у контрольній групі.

У ході теоретичного аналізу можна зробити висновок про те, що молодший шкільний вік є синсетивним періодом розвитку координаційних здібностей в хореографічній діяльності.

Література

1. Дешле С. А. Развитие ловкости у младших школьников / С. А. Дешле, В. В. Черняев // *Физическая культура в школе*. – 1982. – №8. – С. 26-29.

2. Круцевич, Т. Ю. Двигательная активность и здоровье детей, подростков / Круцевич, Т. Ю. // *Теория и методика физического воспитания*. – 2003. – №2. – С. 8-20.

3. Лях В. Й. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития / В.Й.Лях. – М.: Терра – Спорт, 2000. – 192 с.

4. Скалій Т. В. Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / Т. В. Скалій. – Харків, 2006. – 22 с.

5. Худолій О.М. Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків: Монографія / Худолій О.М., Іващенко О.В. – Харків: ОВС, 2014. – 320 с.

6. Coulter, T. J., Mallett, C. J., Singer, J. A. & Gucciardi, D. F. (2016). Personality in sport and exercise psychology: integrating a whole person perspective. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 14(1), 23-41. doi.org/10.1080/1612197X.2015.1016085

7. Genetic and molecular aspects of sport performance (2011). Edited by Bouchard, C. and Hoffman, E. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.

8. Iedynak, G., Galamandjuk, L., Kyselytsia, O., Nakonechnyi, I., Hakman, A., Chopik, O. (2017). Special aspects of changes in physical readiness indicators of young men with different somatotypes between 15 and 17 years of age. Journal of Physical Education and Sport, 17(4). 2690-2696. DOI:10.7752/jpes.2017.04311

9. Murray, T. D., Eldridge, J., Kohl, H. W. (2017). Foundations of Kinesiology: A Modern Integrated Approach. Champaing, IL: Human Kinetics.

References

1. Deshle S. A. & Chernyaev V. V. (1982). Razvitie lovkosti u mladshih shkolnikov. Fizicheskaya kultura v shkole, (8), 26-29.

2. Krutsevich, T. Yu. (2003). Dvigatelnaya aktivnost i zdorove detey, podrostkov. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya, (2), 8-20.

3. Lyah V. Y. (2000). Dvigatelnyie sposobnosti shkolnikov: Osnovyi teorii i metodiki razvitiya. M.: Terra – Sport, 192.

4. Mohova L. N. & Kamaletdinov V. G. (1995). O vzaimosvyazi ekologicheskogo vozdeystviya i fizicheskih uprazhneniy. Problemyi optimizatsii uchebnovospitatelnogo protsessa v IFK : nauch.-metod. konf., Chelyabinsk : ChGIFK, 176.

5. Khudolii O. M., & Ivashchenco O. V. (2014). Modelyuvannya protsesu navchannya ta rozvitku ruhovih zdibnostey u ditey i pidlitkiv: Monografiya. Kharkiv: OVS, 320.

6. Coulter, T. J., Mallett, C. J., Singer, J. A. & Gucciardi, D. F. (2016). Personality in sport and exercise psychology: integrating a whole person perspective. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 14(1), 23-41. doi.org/10.1080/1612197X.2015.1016085

7. Genetic and molecular aspects of sport performance (2011). Edited by Bouchard, C. and Hoffman, E. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.

8. Iedynak, G., Galamandjuk, L., Kyselytsia, O., Nakonechnyi, I., Hakman, A., Chopik, O. (2017). Special aspects of changes in physical readiness indicators of young men with different somatotypes between 15 and 17 years of age. Journal of Physical Education and Sport, 17(4). 2690-2696. DOI:10.7752/jpes.2017.04311

9. Murray, T. D., Eldridge, J., Kohl, H. W. (2017). Foundations of Kinesiology: A Modern Integrated Approach. Champaing, IL: Human Kinetics.

УДК 796.035+796.5

Поліщук Віталій Валентинович
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Поліщук Марія Віталіївна
студентка І курсу
факультет української і іноземної філології
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

СУТНІСТЬ І РІЗНОВИДИ КОНЦЕПТУАЛЬНИХ МОДЕЛЕЙ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

Рекреація є важливим засобом відновлення і зміцнення здоров'я людей, необхідним елементом здорового способу життя, соціокультурного і соціально-психологічного розвитку особистості.

В результаті системного аналізу проведено поглиблене вивчення наукових шкіл з дослідження проблем рекреації, що дозволило виявити і охарактеризувати їх основні концептуальні моделі. Концептуальна модель досліджуваного об'єкта представлена як модель абстрактного, описового типу, у якій відображено парадигму і визначено уявлення дослідника про сутність форми, змісту і, зокрема, процесів функціонування досліджуваного об'єкта у межах, обумовлених поставленими цілями.

Ретроспективний аналіз теоретичних і емпіричних досліджень фізичної рекреації у вітчизняній і зарубіжній науці показав, що основні дослідницькі парадигми концентруються в декількох напрямах: біологічному, психологічному і соціальному. Найбільш обґрунтованими є такі концептуальні моделі фізичної рекреації, як адаптаційно-відновна, гуманістична, мотиваційна, соціокультурна, соціально-психологічна.

Ключові слова: *фізична рекреація, концептуальна модель, наукові школи.*

Полищук В.В., Полищук М.В. Сущность и разновидности концептуальных моделей физической рекреации. *Рекреация является важным средством возобновления и укрепления здоровья людей, необходимым элементом здорового образа жизни, социокультурного и социально-психологического развития личности.*

В результате системного анализа проведено углубленное изучение научных школ по исследованию проблем рекреации, что позволило выявить и охарактеризовать их основные концептуальные модели. Концептуальная модель исследуемого объекта представлена как модель абстрактного, описательного типа, в которой отображена парадигма и определено представление исследователя о сущности формы, содержания и, в частности, процессов функционирования исследуемого объекта в пределах, обусловленных поставленными целями.

Ретроспективный анализ теоретических и эмпирических исследований физической рекреации в отечественной и зарубежной науке показал, что основные исследовательские парадигмы концентрируются в нескольких направлениях: биологическом, психологическом и социальном. Наиболее обоснованными являются такие концептуальные модели физической рекреации, как адаптационно-восстановительная, гуманистическая, мотивационная, социокультурная, социально-психологическая.

Ключевые слова: *физическая рекреация, концептуальная модель, научные школы.*