

SCI-CONF.COM.UA

**SCIENCE AND EDUCATION:
PROBLEMS, PROSPECTS
AND INNOVATIONS**



**ABSTRACTS OF VI INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
MARCH 3-5, 2021**

**KYOTO
2021**

SCIENCE AND EDUCATION: PROBLEMS, PROSPECTS AND INNOVATIONS

Abstracts of VI International Scientific and Practical Conference

Kyoto, Japan

3-5 March 2021

Kyoto, Japan

2021

UDC 001.1

The 6th International scientific and practical conference “Science and education: problems, prospects and innovations” (March 3-5, 2021) CPN Publishing Group, Kyoto, Japan. 2021. 643 p.

ISBN 978-4-9783419-5-2

The recommended citation for this publication is:

Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Science and education: problems, prospects and innovations. Abstracts of the 6th International scientific and practical conference. CPN Publishing Group. Kyoto, Japan. 2021. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/vi-mezhdunarodnaya-nauchno-prakticheskaya-konferentsiya-science-and-education-problems-prospects-and-innovations-3-5-marta-2021-goda-kioto-yaponiya-arhiv/>.

Editor

Komarytskyy M.L.

Ph.D. in Economics, Associate Professor

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine, Russia and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

e-mail: kyoto@sci-conf.com.ua

homepage: <https://sci-conf.com.ua>

©2021 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2021 CPN Publishing Group ®

©2021 Authors of the articles

TABLE OF CONTENTS

1.	<i>Abdulkhalgh Goma Ghezwi</i> E-LEARNING AND CHALLENGES FACING ITS APPLICATION.	11
2.	<i>Ashurova O. Yu.</i> LATE XIX AND EARLY XX CENTURY FORMATION OF PRIVATE PHARMACIES IN TURKEY MEDICINE.	20
3.	<i>Chudovska V.</i> INSTITUTIONAL AND ORGANIZATIONAL FEATURES OF LAND USE OF ENERGY GENERATING ENTERPRISES IN THE FIELD OF ALTERNATIVE ENERGY.	23
4.	<i>Fizor N., Ivanova A.</i> SOPHORA JAPONICA: THE PERSPECTIVES OF USE IN A NEW MEDICAL FORM FOR PREVENTION AND TREATMENT OF COUPEROSE.	27
5.	<i>Jumanova F. U., Ravshanov Ja. F.</i> FORMATION OF STUDENTS SCIENTIFIC THINKING IN THE LESSON PROCESS.	37
6.	<i>Kuvatova N. B.</i> THE RELATIONSHIP BETWEEN SCIENTIFIC THEORY AND PRACTICE.	40
7.	<i>Loiuk O., Hritchenko T.</i> ESSENCE AND STRUCTURE OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN'S RESEARCH SKILLS.	43
8.	<i>Maliuha A. Yu., Blahodar K. S.</i> TESTING AS A COMPONENT OF THE ORGANIZATION OF EDUCATION IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.	48
9.	<i>Mirzajonova G. S., Kuchkarova L. S.</i> BEHAVIOR AND VIABILITY OF TERMITES ANACANTHOTERMES AHNGERIANUS JACOBS IN THEIR ACTIVE AND INACTIVE PHASES OF LIFE CYCLE.	52
10.	<i>Oliinyk T., Kazantseva A.</i> ECOLOGICAL SUPPORT OF THE PROJECT OF A BIOPOSITIVE RESIDENTIAL COMPLEX.	56
11.	<i>Polishchuk I. O.</i> POLITICAL CULTURE OF POLAND.	66
12.	<i>Protsak T. V., Zabrods`ka O. S.</i> FUNDAMENTALS OF MEDICINE FORMATION IN UKRAINE.	75
13.	<i>Psol S. V., Rudyk O. Yu., Korobka I. V.</i> CAD/CAE-SYSTEMS IN THE STUDY OF PERFORMANCE OF THE OFF-ROAD DIFFERENTIAL.	79
14.	<i>Semenenko S. B., Tymofiychuk I. R., Slobodian K. V., Kovpak A. V., Ostapchuk V. H.</i> MODERN PRINCIPLES OF EDUCATION OF A STUDENT OF MEDICAL UNIVERSITY.	85

15.	<i>Sergeyeva T. V., Perelyhina O. I., Novytska D. Ye.</i> E-TECHNOLOGIES FOR TRANSFORMATION OF ACQUIRED KNOWLEDGE INTO AUTOMATED SKILLS.	89
16.	<i>Shpakova H., Hlushchenko I.</i> BIOSPHERE-COMPATIBLE TECHNOLOGIES IN CONSTRUCTION: DEVELOPMENT PROSPECTS.	98
17.	<i>Syzdykova A. I., Kakenova Z. A.</i> JAPAN'S RELATIONS WITH GREAT POWERS UNDER SHINZO ABE ADMINISTRATION.	104
18.	<i>Turaev S. J.</i> SCIENTIFIC TECHNOLOGY AND INNOVATIONS IN TEACHING NATURAL SCIENCES.	115
19.	<i>Volkivskyi M., Rohova A., Oliinyk A.</i> TRANSFORMATION OF UKRAINIAN-POLISH POLITICAL RELATIONS 1992-2000 IN THE FORMAT OF EUROPEAN-ATLANTIC INTEGRATION.	118
20.	<i>Yermaganbetova S. K.</i> SUBSTANTIAL COMPONENTS OF SUCCESSFUL TRAINING OF STUDENTS OF ENGINEERING SPECIALTIES IN TEACHING MATHEMATICS.	122
21.	<i>Yurkovskiy A. M., Achinovich S. L.</i> POSSIBILITIES OF SONOGRAPHY IN THE EVALUATION OF THE EXPRESSION OF DYSTROPHIC CHANGES OF THE SACRO- TUBEROUS LIGAMENTS: SONOGRAPHIC AND HISTOLOGICAL PARALLELS.	130
22.	<i>Алмаєва Т. М., Григор'єва О. М.</i> ПРОДУКТИВНІСТЬ ЗЕЛЕНОЇ МАСИ ПЕРСПЕКТИВНИХ НОМЕРІВ ЕСПАРЦЕТУ КОНКУРСНОГО СОРТОВИПРОБУВАННЯ.	135
23.	<i>Андріянова В. А.</i> КОНЦЕПТУАЛЬНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ: АКМЕОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ.	142
24.	<i>Антоненко І. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ РЕНОВАЦІЇ АГРОПРОМИСЛОВИХ КОМПЛЕКСІВ (НА ПРИКЛАДІ ЕЛЕВАТОРІВ).	151
25.	<i>Артюшок К. А., Онофрійчук О. П., Лушук Н. В., Шeverда Л. Л.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ГРОШОВО – КРЕДИТНОЇ ПОЛІТИКИ ФРС США.	161
26.	<i>Астап'єва О. М., Паскевич О. І., Грушка Г. В., Максимішин О. В.</i> ОСНОВИ СУЧАСНОЇ ЯДЕРНОЇ МЕДИЦИНИ ДЛЯ СТУДЕНТІВ- МЕДИКІВ.	166
27.	<i>Башевська М. Л., Колеснікова М. Л.</i> МЕТОДИ ТА ПРИЙОМИ РОБОТИ НАД ТЕХНІКОЮ ДИРИГУВАННЯ.	173

28. **Блищик Л. А.** 180
ДОСВІД ПРОВЕДЕННЯ РЕГІОНАЛЬНОГО ОГЛЯДУ-КОНКУРСУ КОЛЕКЦІЙНО-ДОСЛІДНИХ ПОЛІВ ПІВДЕННОГО РЕГІОНУ УКРАЇНИ.
29. **Борисюк І. Ю., Валіводзь І. П., Замкова А. В., Молодан Ю. О.** 187
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ТА СКЛАДУ РОЗЧИНУ ДЛЯ ВНУТРІШНЬОГО ЗАСТОСУВАННЯ НА ОСНОВІ ГУМІНАТУ ДЛЯ ЛІКУВАННЯ ХРОНІЧНОГО СИТУАЦІЙНОГО СТРЕСУ (ХСС).
30. **Бутузова Л. П., Сергієнко Б. Б.** 191
АДАПТАЦІЯ ДО УМОВ НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ СТУДЕНТІВ МІСЬКИХ ТА СІЛЬСЬКИХ ШКІЛ.
31. **Видавская А. О., Видавская А. Г., Лапшин В. А.** 201
НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И СПОСОБЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВСЕЛЕННОЙ И ЕЁ СИСТЕМ КОНТАКТНОЕ И ДИСТАНЦИОННОЕ КОСМИЧЕСКОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ.
32. **Вишнякова Г. В., Покас О. В.** 210
ПОШИРЕНІСТЬ МЕТАЛО-БЕТА-ЛАКТАМАЗ СЕРЕД НЕФЕРМЕНТУЮЧИХ ГРАМНЕГАТИВНИХ БАКТЕРІЙ, ЗБУДНИКІВ НОЗОКОМІАЛЬНИХ ІНФЕКЦІЙ.
33. **Гамерська І. І.** 220
РЕСТРУКТУРИЗАЦІЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ У ПОСТБОЛОНСЬКОМУ ВИМІРІ.
34. **Гончар Г. И., Пензай С. А., Комар В. П.** 229
ПРОГРАММИРОВАНИЕ ПРОФИЛАКТИКО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ ДЛЯ МУЖЧИН ВТОРОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.
35. **Гревцова А. Т., Вакуленко Т. Б.** 236
ТРИ ФОРМИ Х SORBOCOTONEASTER POZDNJAKOVII POJARK., ИНТРОДУЦІРОВАННИХ В БОТАНИЧЕСКОМ САДУ ИМ. АКАД. А. В. ФОМИНА КИЕВСКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТА ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО.
36. **Губенко С. И., Соболев В. В.** 246
ОТБЕЛ ЧУГУНА ПРИ УДАРНО-ВОЛНОВОМ СЖАТИИ.
37. **Гураль О. І.** 257
ПРОФЕСІЙНІ ЯКОСТІ ВИКЛАДАЧА.
38. **Денисенко О. И., Гаевская М. Ю., Савчук О. В., Продан В. М.** 262
ОСОБЕННОСТИ СОВРЕМЕННОГО ТЕЧЕНИЯ ДЕРМАТОЗООНОЗА ВЫЗВАННОГО SARCORTES HOMINIS У ВЗРОСЛЫХ ПАЦИЕНТОВ.
39. **Єнчева Г. Г.** 269
ПЕРЕКЛАД МЕТАФОРИЧНИХ ТЕРМІНІВ ФАХОВОЇ МОВИ АВІАЦІЇ.
40. **Иванова Е. Н., Бекенова А. К.** 279
К ВОПРОСУ О ЗНАЧИМОСТИ НАСЛЕДИЯ Ы. АЛТЫНСАРИНА В НРАВСТВЕННОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЕЖИ.

41.	<i>Ищенко А. В., Сибирцева И. А.</i> ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ФЛАВОНОИДОВ В РАСТИТЕЛЬНОМ СЫРЬЕ.	289
42.	<i>Ільченко С. С., Маєвський М. І.</i> ІНТЕРЕС СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНИХ ВПРАВ І ВИДІВ СПОРТУ.	296
43.	<i>Калин Т.</i> ГРАВІМЕТРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕЯКИХ ПОХІДНИХ ДЕКАГІДРОАКРИДИНДІОНУ-1,8 ЯК ІНГІБІТОРІВ КОРОЗІЇ НИЗЬКОВУГЛЕЦЕВОЇ СТАЛІ У РОЗЧИНІ NS4.	301
44.	<i>Карасенко А. Ю., Передера С. Б.</i> ПЕРСПЕКТИВНА ГАЛУЗЬ ПТАХІВНИЦТВА – ЦЕСАРКІВНИЦТВО.	303
45.	<i>Карасевич С. А., Маслюк Р. В., Семенов А. А., Карасевич М. П.</i> ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ – ВПЛИВ ТА ОЗДОРОВЧИЙ ЕФЕКТ НА ОРГАНІЗМ ШКОЛЯРІВ.	307
46.	<i>Коломоєць Т. О., Кримова Д. С.</i> ПРИСЯГА У СЛУЖБОВОМУ ПРАВІ УКРАЇНИ: ІНСТИТУЦІЙНА ХАРАКТЕРИСТИКА.	314
47.	<i>Комарницька Т. К.</i> ПРОБЛЕМА КОРЕЛЯЦІЇ ОСНОВНИХ ПРИНЦИПІВ МІЖНАРОДНОГО ПРАВА І НОРМ СТАТТІ 9 КОНСТИТУЦІЇ ЯПОНІЇ.	318
48.	<i>Копей Б. В., Бакун Б. М., Біжко Т. В.</i> СКІНЧЕННО-ЕЛЕМЕНТНИЙ АНАЛІЗ З'ЄДНАННЯ ГІБРИДНОЇ НАСОСНОЇ ШТАНГИ.	328
49.	<i>Коржавих І. М.</i> СФОРМОВАНІСТЬ МУЗИЧНО-ВИКОНАВСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК СКЛАДНА ІНТЕГРАТИВНА СТРУКТУРА ПРОФЕСІЙНОЇ РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА.	336
50.	<i>Куртасанов С. А., Крайник Т. М.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ В НЕОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДАХ СПОРТУ (НА ПРИКЛАДІ КІБЕРСПОРТУ).	342
51.	<i>Лавор Н. Л., Долиніна М. М.</i> ДОЗОВАНА ХОДЬБА ЯК ЗАСІБ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДЕЙ РІЗНОГО ВІКУ ПІСЛЯ КАРАНТИНУ.	351
52.	<i>Латушкина В. В.</i> ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО КОМПЛЕКСА ДЗЮДОИСТА.	355
53.	<i>Левачкова Ю. В., Чушенко В. М.</i> ОБГРУНТУВАННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ПЕСАРІЇВ ДЛЯ ЛІКУВАННЯ БАКТЕРІАЛЬНОГО ВАГІНОЗУ.	359
54.	<i>Лега О. В., Крайник В. Г., Ладур Т. С.</i> ОБЛІК ФІНАНСОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ: ДИСКУСІЙНІ ПИТАННЯ.	365

55. *Логвин М. М., Карпенко Н. М., Карпенко Ю. В.* 375
ІСТОРИКО-КУЛЬТУРНИЙ ПОТЕНЦІАЛ РОЗВИТКУ
ПАЛОМНИЦЬКОГО ТУРИЗМУ У ПОЛТАВСЬКІЙ ОБЛАСТІ.
56. *Лук'янова Г. Ю., Кретович У. В.* 380
ДЕЯКІ ОСОБЛИВОСТІ ПРАВ ТА СВОБОД ЛЮДИНИ ТА
ГРОМАДЯНИНА В КОНТЕКСТІ АДМІНІСТРАТИВНО-ПРАВОВИХ
ВІДНОСИН.
57. *Любич В. В., Желєзна В. В., Стратуца Я. С.* 385
ЦІННІСТЬ ЗЕРНА СОЧЕВИЦІ.
58. *Марчук О. О., Мельничук Л. Б., Шкабаріна М. А.* 390
ЗМІСТОВЕ НАПОВНЕННЯ ПОЛЬСЬКОМОВНИХ ПІДРУЧНИКІВ ТА
ПОСІБНИКІВ 20-30 РОКІВ ХХ СТОЛІТТЯ.
59. *Матвєєв В. В., Матвєєва О. М.* 396
ПОНЯТТЯ ЕКОНОМІЧНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПРОЦЕСІ ПРИЙНЯТТЯ
УПРАВЛІНСЬКИХ РІШЕНЬ.
60. *Мельник Л. И., Пантелеймонова В. В.* 399
ВОДНО-ДИСПЕРСИОННЫЕ КРАСКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ЦЕЛЛЮЛОЗНОЙ ДОБАВКИ.
61. *Мельник С. С., Білобородова Л. Д.* 405
ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ SCAFFOLDING У
НАВЧАННІ ESL СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.
62. *Мельник Н. І., Козловська С. О., Назаревич В. С.* 411
ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ПРОЦЕСІ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І ТРЕНУВАННЯ.
63. *Мироненко О. В., Чкан Л. О.* 416
СТОРИТЕЛІНГ ЯК ЛІНГВОДИДАКТИЧНА ІННОВАЦІЯ.
64. *Мілютіна К. Л., Лісник К. А.* 419
СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ
ОНКОХВОРИМ.
65. *Міщенко М. С., Довбня Б. О.* 423
ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ФАХІВЦІВ
СОЦІОНОМІЧНИХ ПРОФЕСІЙ.
66. *Неведомский В. А., Чернышов А. В., Губская Т. А.* 427
АРМИРОВАННЫЕ ШЛАКОЛИТЫЕ ИЗДЕЛИЯ И КОНСТРУКЦИИ.
67. *Орленко Н. А., Величенко М. А., Скидан І. В., Гейченко С. П.* 437
ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНОЇ ПІЗНАВАЛЬНОЇ СФЕРИ РОЗУМОВОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ПІЛОТІВ.
68. *Осипенко Т. В., Геря О. В., Ляшенко А. О.* 442
АКМЕОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ПРИ ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ
ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ.
69. *Пакулін С. Л., Перебійніс В. Б.* 451
ПОБУДОВА ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИХ ОСНОВ
СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ НА ОСНОВІ ТАЕКВОНДО.

**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ У ПРОЦЕСІ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І ТРЕНУВАННЯ**

Мельник Наталія Ігорівна

викладач-стажист

Козловська Світлана Олександрівна

Назаревич Володимир Сергійович

викладачі

Уманський державний педагогічний університет

ім. Павла Тичини

м. Умань, Україна

Анотація: У статті описується теорія і методика навчання руховим діям у процесі фізичного виховання і тренування. З'ясовано, як принципи і методи впливають на вивчення вправ та рухових дій. Доведено, що вони не можуть взаємодіяти один без одного та навіщо потрібна методика виховної роботи.

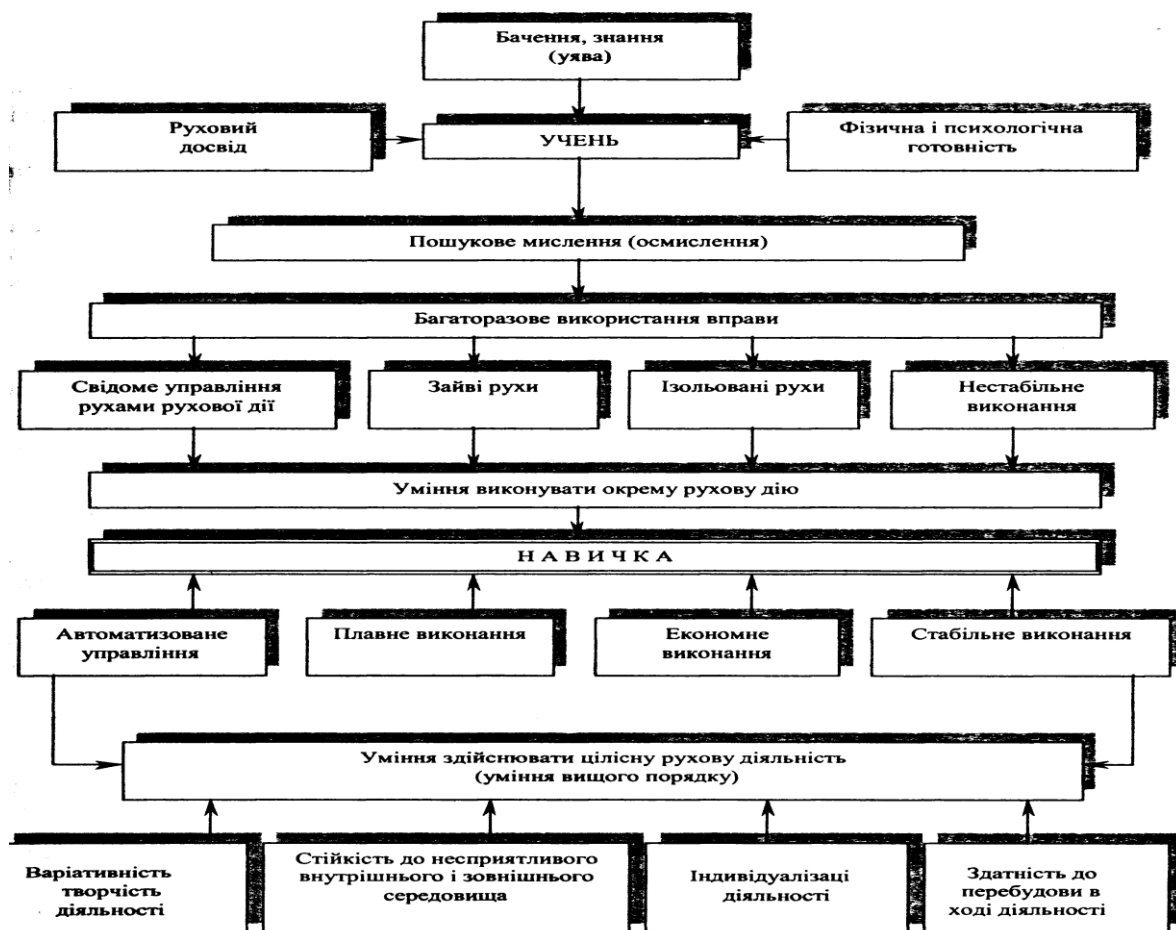
Ключові слова: фізичне виховання, методика, принципи, тренування, розвиток, навчання.

Фізичне виховання являється одним з головних компонентів усебічного розвитку особистості.

Навчання є головним компонентом кожної діяльності. Дидактика це один з розділів педагогіки де навчання розглядають, як процес діяльності учня та вчителя, направлений на здобуття нових знань, умінь і навичок. Де педагог ділиться своїми знаннями для розвитку духовних і розумових здібностей учнів. Досягти успіху у навчанні можливо тільки тоді, коли учень свідомо «підходить» до навчання та направляє усі свої зусилля для засвоєння обраного виду діяльності. Без взаємодії учня та вчителя не може бути гарного результату у процесі навчання.

Фізичне виховання - система соціально-педагогічних заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я, загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок та вмій [1].

Навчання рухових дій базується засобах, методах та дидактичних принципах, які формують основні вимоги до побудови та організації навчального процесу (мал.2) [2, с.9]. До них відносяться: принцип свідомості і активності, наочності, доступності, систематичності і динамічності.



Мал. 1. Схема формування дій від знань і уяви до умій і навичок

Принцип свідомості і активності. Направлений на формування у школярів свідомого відношення до навчання. Найбільшого успіху при вивченні фізичних вправ учні та студенти досягають завдяки зацікавленому та свідомому відношенню. Цьому сприяє свідоме відношення і постійний інтерес до занять.

Педагог мусить донести до учнів чому саме потрібно виконувати дану вправу і чому саме її а не іншу, підібравши цікавий матеріал, щоб учні самі проявляли ініціативу та творчо відносилися до справи. Він мусить поставити мету перед тими хто навчається.

Принцип наочності. Полягає в необхідності використовувати різні органи відчуттів. Наприклад: зорові (сприйняття рухів при демонстрації техніки виконання вправи), органи чуття (за допомогою яких відбувається контакт з реальністю), тактильне і м'язове сприйняття. Для реалізації цього принципу використовують: різні відеоролики, кінофільми, наочний показ рухових дій педагогом, світлова і звукова сигналізація для засвоєння темпу, ритму, та швидкості рухів.

Принцип доступності. Викладач виходить з урахування особливостей студентів (стать, фізичний розвиток і підготовленість) і можливості виконання пропонуванних завдань. Прогрес в розвитку фізичних якостей можливий лише при певному навантаженні, здатному стимулювати ці процеси. Проте при цьому важливо не перевищити міри, щоб не нашкодити здоров'ю студентів. Разом з тим принцип доступності не означає, що фізичні вправи і навантаження повинні бути спрощеними і гранично елементарними [3, с. 21].

Принцип систематичності. Цей принцип полягає в систематичному відвідуванні занять та взаємодію з іншими заняттями. Навантаження малої інтенсивності або великі інтервали відпочинку між заняттями не призведуть до розвитку тренуваності. Або навпаки, великі навантаження і малі інтервали відпочинку між заняттями або тренуваннями можуть привести до стану пере тренуваності організму. Даний принцип допомагає послідовно і поступово засвоювати навчальний матеріал без переривання навчально-тренувального процесу при правильному чергуванні навантажень і відпочинку.

Принцип динамічності. Це принцип постійного але поступового збільшення вимог до учнів та студентів при фізичному навантаженні. Прогрес може бути тільки у випадку розвитку фізичних якостей, збільшення навантаження та вдосконаленні техніці рухових дій. Постійно потрібно

урізноманітнювати вправи тому, що під впливом звичного навантаження, організм адаптується до вправи і виконує роботу з меншою напругою, що не призводить до прогресу.

У процесі фізичного виховання для вирішення завдань використовують різноманітні методи (ігровий метод, методи строго регламентованої вправи, метод словесної і сенсорної дії та змагальний метод) і методичні прийоми.

Ігровий метод. Ігри виступають, як засіб і метод фізичного виховання при організації заняття. Цей метод не обов'язково повинен бути пов'язаний з звичайними іграми (футбол, волейбол, гандбол та ін.).

Метод строго регламентованої вправи. До цієї групи, відносяться: метод цілісної або розчленованої вправи; методи повторної, рівномірної, змінної, інтервальної вправи. Суть методу цілісної вправи полягає в тому, що вправа, яка вивчається, виконується в цілому, тобто техніку руху освоюють відразу після показу і пояснення простих вправ, які не можна розчленувати (наприклад, кидок в кільце) [3, с. 21].

Метод розчленованої вправи прогнозує розбір складної технічної дії та вивчення її частинами. Фізичні навантаження можуть бути змінними і стандартними.

При виконанні вправ з стандартним навантаженням застосовують метод рівномірної вправи, коли вправа виконується безперервно протягом певного часу з постійною інтенсивністю. При виконанні багато повторних вправ з інтервалом відпочинку застосовують метод повторної вправи.

Метод інтервальної вправи використовують у вправах із змінним навантаженням (багаторазові повторення з певними інтервалами відпочинку). Гарною рисою цього методу, що відрізняє його від інших є те, що навантаження виконуються у стадії неповного відновлення.

Метод словесної і сенсорної дії. Характеризується словами і «чуттєвою інформацією». За допомогою слова педагог доносить інформацію до учнів, керує процесом виконання завдання, аналізує і оцінює результати.

Слово виражається у формі:

- вказівок;
- розповіді, пояснення, бесіди;
- оцінки кінцевого результату, зауважень.

За допомогою сенсорних дій забезпечується наочність. Це не тільки візуальне сприйняття, але і слухові і м'язові відчуття. Вони реалізуються у формі:

- показу самих вправ (створюється цілісне уявлення про моном руховий дії);

- 37.демонстрації наочної допомоги (за допомогою відеозаписів, різноманітних муляжів, схем, малюнків, на яких можна створити зорове уявлення про рухи, що вивчаються) [3, с.23].

Отже, навчаючи учнів, педагог повинен пам'ятати, що метою навчання рухових дій є використання вивчених фізичних вправ у повсякденному житті.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. https://pidru4niki.com/1964010235035/pedagogika/fizichne_vihovannya
2. <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/5210/1/%D0%9B%D0%B5%D0%BA%D1%86%D1%96%D1%8F%208.pdf>, с.- 9
3. Лононенко В. В., Тимошенко В. В., Коцар Т. В. Теорія та методика фізичного виховання : методичні вказівки (для студентів 1-го курсу). – Краматорськ : ДДМА, 2008. – 21-25 с.