

Різні режими роботи і манери ведення бою єдиноборців потребують різного прояву фізичних здібностей, особливо при виконанні ними ударних дій [1].

Рекомендації. Аналіз сучасної науково – методичної літератури дозволив зробити висновок, що коли мова іде про покращення швидко-силової складової та витривалості єдиноборця, одним з найефективніших методів вважається система Табата, яка дозволяє розвивати силу, швидкість та витривалість не окремо, а як комплексний прояв: силова витривалість, швидко-силова витривалість, швидкісна сила [3].

Література

1. Сороканюк, О.В. Аналіз технічних дій та структурних елементів у системі техніки змішаних єдиноборств. *Єдиноборства*. 2019, 48-54
2. Хацаюк О.В., Ананченко К.В., Хуртенко О.В., Дмитренко С.М., Бойченко Н.В. Дослідження технічного арсеналу бійців ММА високої кваліфікації. *ЄДИНОБОРСТВА*. 2020. №3(17). С.92-105
3. Хуртенко, О.В., Дмитренко, С.М., Хоронжевський, Л.Є., Кириченко, В.М. Використання інноваційних фітнес технологій у процесі відновлювальних занять кваліфікованих боксерів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2019. Вип. 8, 241- 247.
4. Хуртенко, О.В., Дмитренко, С.М. Педагогічні технології удосконалення фізичної та технічної підготовки боксерів. *Єдиноборства*. 2018. Вип. 4, 69-79.
5. Angelov J. Testov za podbor na boxsori. *Trenorska Muscul. Sofia*, 1975. №5. S. 71-79.

НАПРЯМКИ РЕАЛІЗАЦІЇ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Яковлів Володимир

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського,
Кафедра теорії і методики фізичного виховання
dekykovliv576@gmail.com*

Постановка проблеми. Виконання соціального замовлення, а саме формування фізично, психічно, соціально здорової, гармонійно розвиненої особистості здійснюється закладами вищої освіти у процесі фізичного виховання, в основу діяльності якого покладено ідеали і цінності загальнолюдської культури та олімпізму.

Виходячи з цього, процес формування фізично, психічно, соціально здорової, гармонійно розвиненої особистості через інтеграцію олімпійської освіти у навчально-виховний процес передбачає такі моменти [1, 2].

Обговорення. 1. Формування ціннісних мотивів соціальної спрямованості спортивної і ігрової, навчальної, суспільно-корисної діяльності. 2. Формування навичок організації спортивної, навчальної, ігрової, соціально-корисної діяльності, а також взаємодопомоги, організованості, відповідальності за власні вчинки. 3. Формування і розвиток навичок інтелектуального і фізичного самовдосконалення: розширення світогляду через самоосвіту, самостійні заняття фізичною культурою і спортом, навички самоорганізації, самореалізації, визначення особистої життєвої позиції. 4. Виховання позитивних моральних якостей і фізичних здібностей для розвитку гідного громадянина будь-яких ланок суспільства, який прагне до фізичної, духовної досконалості, дотримання норм загальнолюдської культури, цінностей олімпізму, ведення здорового способу життя.

Олімпійська освіта в Україні у закладах вищої освіти охоплює значний діапазон заходів, що здійснюються і на рівні педагогічного впливу й у більш широких соціальних масштабах. Проте найбільш перспективними й ефективними впливами її дії є ті, що пов'язуються з педагогічними, моральними процесами.

Одним із пріоритетів інноваційного підходу є розвиток здібностей на основі освіти і самоосвіти, які дозволяють досягти вершин професіоналізму у будь-якій галузі діяльності.

Тому важливим стає формування у студентської молоді прагнення до саморозвитку, самовдосконалення, самоосвіти, самоконтролю.

Рекомендації. Таким чином, інноваційна освіта включає особистісний підхід, професіоналізм, синтез двох культур (технічної і гуманітарної), використання новітніх інформаційних технологій [1, 3]. Зіставляючи характеристики інноваційної й олімпійської освіти, ми дійшли висновку, що олімпійську освіту можна розглядати як різновид інноваційної.

Література

1. Єрмакова В.М. Олімпійська освіта: теорія і практика: навч. посібн. К. 2011. 355 с.
2. Яковлів В.Л. Система олімпійської освіти в Україні. Особливості викладання дисципліни фізичне виховання у ЗВО в сучасних умовах: матеріали круглого столу. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця. 21 січня 2021 р. Випуск 3. С. 36 [Електронний ресурс]
3. Яковлів В.Л. Напрямки розвитку олімпійської освіти в Україні. Особливості викладання дисципліни фізичне виховання у ЗВО в сучасних умовах: матеріали круглого столу. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця. 23 січня 2022 р. Випуск 4. С. 38 [Електронний ресурс]