

3. Быстрова Т.Ю. Философия дизайна : учеб.-метод. пособие. Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2015. 128 с.
4. Даниленко В.Я. Дизайн : підручник. Харків : ХДАДМ, 2003. 320 с.
5. Дизайн. Иллюстрированный словарь-справочник / под общей редакцией Г.Б. Минервина и В.Т. Шимко. Москва : Архитектура-С, 2004. 288 с.
6. Дмитрук А.Г. По законам красоты: О дизайнерском творчестве. Киев : Мистецтво, 1985. 78 с.
7. Малік Т.В. Історія дизайну архітектурного середовища : навч. посіб. Київ : КНУБА, 2003. 192 с.
8. Михайлов С.М., Михайлова А.С. История дизайна. Краткий курс: Учеб. для вузов. Москва : Союз дизайнеров России, 2004. 289 с.
9. Сергеева Н.В. Методологія дизайну: від надбань історичного розвитку до проблем сучасного функціонування. *Вісник Харківської державної академії дизайну і мистецтв*. Харків : ХДАДМ, 2020. № 3. С. 36–43.

Н. В. Сергеева. Междисциплинарная природа дизайна. – Статья.

Аннотация. В статье представлен общий анализ характерных черт междисциплинарной природы дизайна, которая рассматривается в контексте истории развития последнего. Выяснено, что важным признаком сущности проектно-художественной деятельности – дизайна – является постоянное расширение границ охвата, которое происходило в течение XX – начала XXI века. Зарождаясь из сочетания эстетического и технического, сфера дизайна постепенно стала подчинять и другие технологические, экономические, социальные, культурологические, этнические, экологические, информационные и т.п. составляющие, разветвляясь во все новые и новые виды. Установлено, что показателем и квинтэссенцией сущности междисциплинарной природы дизайна можно считать концепцию дизайн-проекта, которая формируется непосредственно в процессе его разработки.

Ключевые слова: сущность дизайна, составляющие дизайна, особенности дизайн-деятельности.

N. Serheieva. Interdisciplinary nature of design. – Article.

Summary. The article presents a general analysis of the characteristics of the interdisciplinary nature of design, which is considered in the context of the history of the latter. It was found that an important feature of the essence of project and artistic activity – design – is the constant expansion of coverage, which occurred during the XX-early XXI century. Originating from the combination of aesthetic and technical spheres of design, it gradually began to subordinate other technological, economic, social, cultural, ethnic, ecological, informational, etc. components and branch into more and more new types. It is established that the indicator and quintessence of the essence of the interdisciplinary nature of design can be considered the concept of a design project, which is formed directly in the process of its development.

Key words: essence of design, components of design, features of design activity.

УДК 796.012

В. А. Судак

викладач фізичної культури

Фаховий коледж

Міжнародного гуманітарного університету

м. Одеса, Україна

О. Г. Каліберда

заступник директора з навчально-спортивної роботи

Одеська обласна школа вищої спортивної майстерності «Олімпієць»

м. Одеса, Україна

МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ФУТБОЛУ

Анотація. У статті аналізуються особливості та фактори впливу занять футболом на формування професійно важливих якостей спеціаліста. Наведені рекомендації застосування практичних вправ і техніко-тактичних засобів футболу для розвитку та вдосконалення спеціальних навичок і професійно важливих якостей в професійній діяльності спеціалістів.

Ключові слова: професійно важливі якості, рухові дії, психофізичні якості, техніко-тактичні засоби футболу.

Завдання підвищення якості підготовки фахівців вимагають розробки сучасних інноваційних технологій розвитку та удосконалення професійно важливих якостей студентів вищих навчальних закладів усіх рівнів акредитації. Форми і методи фізичного виховання, що спрямовані на формування та розвиток спеціальних фізичних та психологічних якостей студентів, є важливою складовою частиною навчальної дисципліни «Фізична культура» та ефективними засобами набуття студентами спеціальних навичок і професійно важливих якостей, що відповідають вимогам ключових компетентностей у професійній діяльності фахівців [1, с. 4; 2, с. 181].

Значний потенціал для виконання завдань розвитку професійно важливих якостей у студентів мають спортивні ігри, зокрема футбол [1, с. 113; 3, с. 110].

Серед позитивних факторів, що забезпечують ефективність розвитку професійно важливих якостей засобами футболу, відзначаються такі:

1) значна суспільна популярність футболу, що позитивно впливає на мотивацію студентської молоді до занять та участі у футбольних змаганнях;

2) спортивні досягнення у футболі служать яскравим прикладом розкриття психофізичних можливостей людини;

3) формування засобами футболу стійкого інтересу юнаків і дівчат до занять фізичною культурою та спортом, удосконаленню ключових компетентностей, професійно важливих та морально-вольових якостей [1, с. 114; 6, с. 2];

4) підвищення засобами футболу психологічної готовності до концентрованих зусиль, сприяння мобілізації психомоторної сфери на роботу високої інтенсивності [3, с. 110; 4, с. 112];

5) широкий спектр рухових дій та засобів футболу, що розраховані на будь-який рівень психофізичної підготовки студентів: від спрощених до екстремальних;

6) виховання колективізму та почуття єдиної команди.

Вищезазначені фактори підтверджують актуальність науково-методичних досліджень та розробок, що спрямовані на розвиток професійно важливих якостей студентів засобами футболу.

Мета роботи – аналіз особливостей та факторів впливу занять футболом на формування та вдосконалення професійно важливих якостей.

Завдання – розробка методичних рекомендацій щодо застосування практичних вправ та техніко-тактичних засобів футболу для розвитку спеціальних навичок та професійно важливих якостей студентів.

Техніко-тактичні особливості футболу визначаються такими факторами [3, с. 110]:

1) особисте технічне та силове протиборство суперників;

2) використання командами різноманітних ігрових техніко-тактичних схем;

3) значний арсенал рухових дій з м'ячем та пересувань на ігровому полі;

4) постійний дефіцит часу та інформації;

5) правила гри, арбітраж та практика суддівства.

У процесі підготовчих та ігрових дій футболіст здійснює:

1) виконання складних рухових дій з м'ячем: пересування з м'ячем, удари по м'ячу ногою та головою, зупинки м'яча, ведення м'яча, відволікальні дії (фінти), вкидання м'яча, відбірання м'яча, жонгливання м'ячем тощо) [1, с. 115; 5, с. 12];

2) узагальнене зорове сприйняття та контроль водночас багатьох об'єктів на футбольному полі (гравців своєї команди та суперників, м'яча, арбітра) у центрі та на периферії поля зору, реагування на швидкісні пересування [3, с. 110];

3) швидкісні пересування та прийняття рішень в умовах дефіциту часу.

Аналіз спостережень засвідчує, що ігрові дії на фоні психофізичних навантажень мають значний тренувальний ефект та впливають на підвищення рівня психологічної стійкості нервової системи та розвиток таких професійно важливих психофізичних якостей та їх складових частин, що формуються та удосконалюються на заняттях футболом: швидкість реакції, координація рухів, оперативна пам'ять, сприйняття, уявлення, інтенсивність психофізичного навантаження, концентрація, розподіл та стійкість уваги, оперативне мислення, почуття та емоційність [4, с. 113; 6, с. 4–9].

Сучасний футбол характеризується швидкими пересуваннями гравців та м'яча, миттєвими неочікуваними змінами ігрових ситуацій. Це висуває підвищені вимоги до функціонального стану організму, психофізичних якостей та рівня психофізичної підготовки гравців: швидкості рухів, координаційних, силових та стрибкових здібностей, оперативного мислення. Швидкість орієнтації та переходу від одних дій до інших, миттєвий вибір оптимальних дій на фоні постійних змін ігрових ситуацій вимагають

значної рухомості нервово-психічних процесів. Гравець протягом гри сприймає значну кількість рухомих об'єктів. Сприйняття, аналіз та уявлення ігрових ситуацій у ході матчу висуває вимоги до обсягу, інтенсивності, стійкості, розподілу та переключення уваги, швидкості орієнтації. Прийняття миттєвих адекватних рішень вимагають від гравця прояву інтелектуальних і психофізичних здібностей.

Специфічні особливості індивідуальних та групових дій у нападі та захисті. Основним змістом діяльності сторін у футболі є особисте та командне протиборство, що здійснюється в конфліктних ігрових ситуаціях від початку до завершення гри. Команди застосовують різноманітні тактичні комбінації з неочікуваною зміною місць та пересуваннями гравців, прискореннями передач м'яча. Такі фактори викликають необхідність уявлення планів суперника та маскування власних дій та намірів. Важливе значення набуває тактика та стратегія поведінки усіх гравців, що висуває підвищені вимоги до рівня оперативного мислення. Гравець мусить миттєво оцінити складну ситуацію, спланувати свої дії, прийняти оптимальне рішення та виконати технічний прийом, тобто мислення має дієвий характер. Інша характерна особливість полягає в тому, що у командних діях мислення вимагає розвитку просторових та часових уявлень, оперативної оцінки ситуації та прийняття адекватних рішень.

Процеси сприйняття поділяються на зорові, спеціалізовані та сприйняття рухів. Зорові сприйняття характеризуються обсягом полю зору та глибиною зору. Значна кількість дій у футболі виконується за сигналами периферійного зору. Недоліки розвитку периферійного зору футболіста, який орієнтується тільки на гравців, що знаходяться перед ним, значно обмежують обсяг його тактичних і технічних дій. Своєчасне виконання технічного прийому залежить від здібності правильно оцінювати відстань до гравців та м'яча. Для розвитку окоміру та периферійного зору виконуються такі вправи: передачі м'яча на різну відстань, викидання м'яча, нападаючі та штрафні удари у певну зону з різної відстані тощо. У сприйнятті рухів відображаються їх якості: форма, амплітуда, напрям, тривалість та прискорення.

Виконання технічних прийомів вимагає точної диференціації м'язових відчуттів і специфічного сприйняття, що водночас сприяє розвитку уваги та спеціалізованих комплексних якостей: «почуття м'яча», «почуття партнера», «почуття поля», «почуття часу». Основою таких якостей є диференціація подразнень, що надходять у різні аналізатори. Основною роль при цьому відіграють рухово-м'язові, зорові, вестибулярні та слухові відчуття, що визначають стан спортивної підготовки та технічної майстерності гравця.

Гравець повинен сприймати незначні пересування кількох об'єктів, окремі елементи рухів «своїх» та «чужих» гравців для прийняття правильних рішень та ефективного виконання своїх дій. Залежно від функцій гравця на полі та рівня його підготовленості вимоги до таких якостей змінюються. Внаслідок психофізичного стомлення значно зменшується стійкість уваги. Для подолання такого фактору застосовуються вправи загальної та спеціальної фізичної підготовки. На навчально-тренувальних заняттях ставляться завдання, що вимагають сприйняття кількох динамічних об'єктів, виконання вправ з кількома м'ячами, всілякі пересування, вправи, що вимагають швидкого переключення уваги з одного об'єкта на інший.

В індивідуальних та групових діях у нападі та захисті вдосконалюються оперативне мислення, пам'ять, уявлення та уява. У футболі перемога досягається нестандартними діями, тактичними задумами з урахуванням дій суперника. Водночас планування та виконання складних тактичних дій сприяє розвитку таких якостей, як:

- 1) спостережливість – уміння помічати важливі моменти ігрового суперництва та швидко орієнтуватися у складній ігровій ситуації;
- 2) кмітливість – уміння швидко оцінювати складні ситуації та враховувати їхні наслідки;
- 3) ініціативність – уміння ефективно розпізнавати тактичні задуми суперника та передбачати результати своїх та чужих дій.

Конфліктне особисте та командне протиборство в сукупності з техніко-тактичними та вольовими особливостями гравців надають футболу значну емоційну та інтелектуальну напруженість. Швидка зміна ігрових ситуацій, чередування удач і невдач, фізична та психологічна напруженість, вплив глядачів викликають емоційні виплески та хвилювання. Окрім того, терміновість альтернативного вибору власних дій, що супроводжується очікуванням дій суперника або моменту для власних атакуючих дій, постійна взаємна спрямованість до випередження надають екстремальну гостроту будь-якій ігровій ситуації та вимагають значних вольових зусиль, що сприяють розвитку таких якостей, як: наполегливість, сміливість та рішучість, відповідальність, особиста впевненість, емоційно-вольова стійкість [4, с. 112].

Воля – одна з важливіших складових частин психологічної підготовки спортсмена. Прояв волі повинен бути розумним та підкорятися командним інтересам. Особисті інтереси не повинні вступати у конфлікт з інтересами та завданнями колективу. Вольова підготовка – складний та тривалий процес.

Необхідною та достатньою умовою розвитку вольових якостей є систематичне виконання вправ, що вимагають вольових зусиль. Тривалі напруження волі протягом занять футболом ефективно розвивають цілеспрямованість, наполегливість, сміливість, рішучість, дисциплінованість, ініціативність. Усі вольові якості взаємопов'язані між собою та взаємозумовлені. У процесі підготовки та участі у змаганнях зростають та удосконалюються здібності до лідерства та самоконтролю, самооцінка та мотивація для досягнення перемоги.

Висновки:

1. За результатами дослідження зроблено висновки щодо ефективності застосування засобів футболу для загальної та спеціальної фізичної підготовки, мобілізації психофізичних можливостей, розвитку та удосконалення у студентів спеціальних навичок і професійно важливих якостей.

2. Методика застосування засобів футболу для всебічної фізичної підготовки, розвитку та удосконалення у студентів спеціальних навичок і професійно важливих якостей впроваджена в навчальному процесі, на заняттях спортивних секцій та спортивних змаганнях Фахового коледжу МГУ [5, с. 1–18].

3. Надані методичні рекомендації студентам щодо застосування практичних вправ та засобів футболу в самостійній роботі в умовах дистанційного навчання в період карантину з виконанням вимог протиепідемічних заходів [6, с. 10–13].

ЛІТЕРАТУРА

1. Навчальна програма з фізичної культури для загально-освітніх навчальних закладів 10-11 класи. Рівень стандарту. Міністерство освіти і науки України. URL : <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-10-11-klasiv>.
2. Каліберда О.Г. Спортивно орієнтовані технології фізичного виховання як засіб адаптації до психофізичних навантажень. *Физическое воспитание и спортивное совершенствование студентов: современные инновационные технологии: Сб. материалов международного научного симпозиума*. Одеса : Наука и техника, 2008. С. 181–185.
3. Каліберда О.Г. Методика психофізичного тренінгу засобами спортивних ігор. *Педагогічні, психологічні і медико-біологічні проблеми диференціації навантажень у фізичному вихованні та спорті: матеріали I Міжнародної електронної наук.-практ. конференції*. Одеса : ПНПУ, 2010. С. 110–113.
4. Каліберда О.Г. Професійно-психологічна підготовка юристів засобами спортивних технологій. *Наукові записки Міжнародного гуманітарного університету: Зб.* Одеса : Міжнар. гуманіт. ун-т, 2012. Вип. 16. С. 112–115.
5. Судак В.А. Робоча програма навчальної дисципліни «Фізична культура»: [Силабус]. Фаховий коледж Міжнародного гуманітарного університету. Одеса, 2020. 18 с. URL : <https://moodle.mgu.edu.ua/>.
6. Каліберда О.Г., Судак В.А. Основи методики самостійних занять з фізичного виховання та спорту в умовах карантину: Методичні рекомендації для дистанційного навчання. Одеса, 2021. 30 с.

V. A. Sudak, O. G. Kaliberda. Methodology for the development of professionally important qualities of students by means of football. – Article.

Аннотація. В статті аналізуються особливості та фактори впливу занять футболом на формування професійно важливих якостей спеціаліста. Приведені рекомендації для використання практичних вправ та техніко-тактичних засобів футболу в розвитку та удосконаленні спеціальних навичок і професійно важливих якостей в професійній діяльності спеціалістів.

Ключевые слова: професійно важливі якості, рухові дії, психофізичні якості, техніко-тактичні засоби футболу.

V. Sudak, O. Kaliberda. Methodology for the development of professionally important qualities of students by means of football. – Article.

Summary. The article analyzes the features and factors of the influence of playing football on the formation of professionally important qualities of a specialist. Recommendations are given for the use of practical exercises and technical and tactical means of football in the development and improvement of special skills and professionally important qualities in the professional activities of specialists.

Key words: professionally important qualities, motor actions, psychophysical qualities, technical and tactical means of football.