МІНІСТЕРСТВООСВІТИІНАУКИУКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙУНІВЕРСИТЕТЧЕРНІГІВСЬКИЙКОЛЕГІУМ

іменіТГШЕВЧЕНКА

Кваліфікаційнанауковапрацянаправахрукопису

ГРИШКОЮРІЙЮРІЙОВИЧ

УДКДИСЕРТАЦІЯ

РОЗВИТОКРУХОВИХЯКОСТЕЙСТУДЕНТІВТЕХНІЧНИХ

УНІВЕРСИТЕТІВЗАСОБАМИНАСТІЛЬНОГОТЕНІСУУ

ПОЗААУДИТОРНІЙДІЯЛЬНОСТІ

теоріятаметодиканавчання

фізичнакультураосновиздоров’я

Педагогічнінауки

ПодаєтьсяназдобуттянауковогоступенякандидатапедагогічнихнаукДисертаціяміститьрезультативласнихдослідженьВикористанняідейрезультатівітекстівіншихавторівмаютьпосиланнянавідповіднеджерело ЮЮГришко

НауковийкерівникКуртоваГалинаЮріївнакандидатпедагогічнихнаукдоценткафедрибіологічнихосновфізичноговихованняздоровятаспорту

Чернігів

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ 

ПЕРЕЛІКУМОВНИХПОЗНАЧЕНЬ 

ВСТУП 

РОЗДІЛАКТУАЛЬНІПИТАННЯФІЗИЧНОГОВИХОВАННЯСТУДЕНТІВЗАКЛАДІВВИЩОЇОСВІТИ 

 Сучаснийстансистемифізичноговихованнястудентівтехнічних

університетів 

 Науковіпідходидовдосконаленняфізичноговихованнястудентів

закладіввищоїосвіти 

 Настільнийтенісякефективнийзасібфізичноговиховання

студентів 

 Психофізична характеристика професійної

діяльностіінженера 

Висновкидопершогорозділу 

РОЗДІЛМЕТОДИТАОРГАНІЗАЦІЯДОСЛІДЖЕННЯ 

 Організаціядослідження 

 Методидослідження 

РОЗДІЛОРГАНІЗАЦІЙНОПЕДАГОГІЧНІУМОВИРОЗВИТКУРУХОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ

НАСТІЛЬНОГОТЕНІСУ 

 Руховапідготовленістьіруховийрозвитокстудентівтехнічного

університету 

 Особливостірівняздоровястудентівтехнічногоуніверситету 

 Настільнийтенісусистеміфізичноговихованнястудентів 

Висновкидотретьогорозділу 

РОЗДІЛОБГРУНТУВАННЯЕФЕКТИВНОСТІМЕТОДИКИРОЗВИТКУРУХОВИХЯКОСТЕЙУСТУДЕНТІВЗВОЗАСОБАМИНАСТІЛЬНОГОТЕНІСУ 

 Моделюваннярозвиткуруховихякостейстудентівтехнічного

університетупідчасзанятьнастільнимтенісом 

 Програмарозвиткуруховихякостейстудентівзакладувищоїосвітизасобаминастільноготенісуупозааудиторнійдіяльності 

 Ефективністьекспериментальноїпрограмирозвиткуруховихякостейстудентівтехнічнихуніверситетівзасобаминастільноготенісуу

позааудиторнійдіяльності 

Висновкидочетвертогорозділу 

ВИСНОВКИ 

СПИСОКВИКОРИСТАНИХДЖЕРЕЛ 

ДОДАТКИ 

ПЕРЕЛІКУМОВНИХПОЗНАЧЕНЬ

Площадовірчогоеліпсаквмм

МаксимальнезначенняскладовихопорнихреакційпривиконаннітехнічнихдійрезультуючасилаН

Співвідношеннямаксимальногозначеннясиловихпоказниківопорнихреакційдовагитіласпортсменаумод

МаксимальнасилавідштовхуваннявідносновертикальноїосіНМаксимальнасилавідштовхуваннявідноснофронтальноїосіНхМаксимальнасилавідштовхуваннявідносносагітальноїосіНГрадієнтсилиНхс

МаксимальнависотапідйомуЗЦМтілапривідштовхуваннівідопоримІмпульссилиНсІндексшвидкости

ВеличинавідхиленняцентртискутяжінняЦТтіланазадмм

ВеличинавідхиленняЦТтілавлівомм

ВеличинавідхиленняЦТтілавправомм

ВеличинавідхиленняЦТтілавпередмм

ДовжинатраєкторіїЦТпофронталімм

ДовжинатраєкторіїЦТпосагіталімм

СереднєзміщенняЦТпофронталімм

уСереднєзміщенняЦТпосагіталімм

Оцінкарухууо

ВагатіласпортсменаНРозкидпофронталіммуРозкидпосагіталіммСереднійрозкидмм

ШвидкістьзміниплощістатокінезіограмиквммсЧасдосягненнямаксимальноївисотисЧасдосягненнямаксимальногозусиллясСумарнийчасфазивідштовхуванняс

Часпідсідус

Сумарнийчасвиконаннявправис

ТоЧасвідривувідопориперебуванняубезопорнійфазіс

СередняшвидкістьпереміщенняЦТммс

ЗВОЗакладвищоїосвіти

ДКДинамометріякистікг

ЕГЕкспериментальнагрупа

ЖЄЛЖиттєваємністьлегенівл

ЗГЗагальнагрупа

ЗРВЗагальнорозвивальнівправи

ЗСЖЗдоровийспосібжиття

ЗФПЗагальнафізичнапідготовка

ІРІндексРуф’є

КГКонтрольнагрупа

КФРЯкістьфункціїрівноваги

МГМодельнагрупа

МСКМаксимальнеспоживаннякисню

МТМасатілакг

ОГКОкружністьгрудноїкліткисм

ПТПульсовийтискммртст

РАРуховаактивність

РЯРуховіякості

ССССерцевосудиннасистема

СФПСпеціальнафізичнапідготовка

ФКФізичнакультура

ЧССЧастотасерцевихскорочень

ВСТУП

ОбґрунтуваннявиборутемидослідженняСтрімкізмінивумовахсучасногорозвиткутанапрямнаЄвропейськийвекторвимагаєсуттєвихзрушеньувсіхсферахжиттяЦізмінинеоминулиосвітуПріоритетнимнапрямомдержавноїполітикиєзміцненняздоров’янаселенняособливостудентівякінавчаютьсяуЗВОАджестудентицемайбутнібатькиосновагенофондукраїни

Науководоведеноефективністьізначимістьфізичноїкультуривзбереженнітазміцненіздоров’ящовподальшомупризводитьдозбільшеннятривалостіжиттятапокращенняйогоякостіСГАдирхаєвВКБальсевичЕГБулічММБулатоваВЮВолковСВГаркушаССЄрмаковОСКуцМОНоскотаінСистематичнізаняттяфізичнимивправамисприяютьрозвиткуруховихякостейнеобхіднихупрофесійнійдіяльності підвищуютьпрацездатністьОААрхіпов ВГБабій

ГВБезверхняЛПДолженкоГЮКуртоваЮВКозерукСВГаркушаОМБуланов

ВостаннідесятиріччяпіслязанепадузбільшуєтьсяпопитнапрофесіюінженеравсебільшемолодихлюдейобираютьцюспеціальністьАледляпрофесійногорівняоволодінняінженернимиспеціальностяминеобхідновраховуватиінегативніявищащосупроводжуютьцюроботуацемонотонністьвисокенапруженнятавідповідальністьнавантаженняназоровусенсорнусистемутахребетгіподинаміядовготривалароботазакомп’ютеромУспішністьоволодіннятехнічнимиспеціальностямизалежитьвідособливостеймисленнятапам’ятіконструктивнемисленнядостатнійобсягіточністьдовільноїпам’ятіоперативністьмисленнярозвитоклогікипсихофізичноївитривалостістійкостідоруховоївтомисилиіспритностім’язіврукДосягтиуспіхівуобранійдіяльностінеможливобездостатньогорозвиткуруховихякостейдлярозвиткуякихстудентизачаснавчанняутехнічномууніверситетіповиннінавчитисяобиратитаорганізовуватиособистуфізкультурнудіяльністьзвикористаннямоптимальнихзасобів

РядвченихСГАдирхаєвІГБондаренкоКВМаксимоваРАМальований ІММедведєва ВПРадзієвський ЛВОнучак

ВМПилипенкоТВСамойленкотаінвказуютьщоефективнимшляхомпідвищеннярезультативностітапокращенняруховоїдіяльностієвдосконаленнявобраномувидіспортіякваудиторнихтакіупозааудиторнихформахзанять

ПопулярнийвидовищнийтаефективнийзасібфізичноговихованнянастільнийтенісНавідмінувідбільшостіігровихвидівспортунастільнийтенісневимагаєскладноїорганізаціїспеціальнообладнанихприміщенькоштовногоспортивногоінвентарютатехнікотактичноїпідготовкиЦейвидспортупоєднуєвсвоємускладіблискавичнуреакціютаточнукоординаціюрухівВИЛандикЮТПохоленчукГНАртюзовВОЛапицькийОВМіщенкоІМСкрипка

СтудентидляякісноїтавидовищноїгривнастільнийтенісповинніматирозвиненимивсіосновніруховіякостіІгровуйтренувальнудіяльністьстудентавнастільномутенісіможнаохарактеризуватиякруховудіяльністьвумовахякізмінюютьсяатакожвиконанняруховихдійзізмінноюзашвидкістюм’язовоїроботищовідбуваєтьсяприінтенсивнійобробцівеликогообсягусенсорноїінформаціїприцьомуінтенсивністьфізичногонавантаженняпідчасгриколиваєтьсявідпомірноїдомаксимальноїГВБарчуковахарактернотакожпостійнепоєднаннявиконанняактивнихшвидкіснихдійзкороткочаснимиперіодамивідносноговідпочинкуАЯСочинський ОГШалар ААРебріна ВЄАдамчук

АІДубенчукСОМехоношин

Найбільшсприятливимидляпокращенняздоров’ятарозвиткуруховихякостейстудентівєтриразовізаняттязфізичноговихованнянатижденьАлещільнийграфікакадемічнихзанятьтаїхнасиченістьнезавждизалишаютьсилитабажанняпроводитисвоєдозвілляактивноПриплануваннідисципліниФізичневихованнядеякіЗВОплануютьоднудвіакадемічнігодининатижденьзметоюекономіїтимсамимекономлячиназдоров’їстудентівщонадумкувченихСІПрисяжнюкЛМРибалкоТВСамоленкоОМШколаєнеприпустимим

Аналізнауковихджерелнормативноправовихдокументівпроцесуорганізаціїакадемічнихзанятьспособужиттястудентівдализмогузробитивисновкищобажаннязайматисятарозвиватисебеобмеженодефіцитомчасуматеріальнимстановищемтапасивнимставленнямдообов’язковихзанятьзфізичноговиховання

Такимчиномнезважаючинавагомийдоробокбагатьохнауковцівдосьогодніупедагогічнійпрактицінаявнанизкасуперечностейякінеобхіднорозв’язатиміж

 потребоюукваліфікованихспеціалістахякімаютьвисокийрівеньфізичноївитривалостііпрацездатностітареальнимстаномфізичногорозвиткуіздоров’явипускниківзакладіввищоїосвіти

 станоморганізаціїроботизфізичноговихованняузакладахвищоїосвітитареальнимипотребамистудентськоїмолоді

 наявністюновихтехнологійрозвиткуруховихякостейтазастарілоюметодикоюїхформуваннявсистемівищоїосвіти

Необхідністьрозв’язаннязазначенихсуперечностейвідсутністьцілісноговирішенняпроблемирозвиткуруховихякостейстудентівзасобаминастільноготенісузумовиливибіртемидослідженняРозвитокруховихякостейстудентівтехнічнихуніверситетівзасобаминастільноготенісуупозааудиторнійдіяльності

Зв’язокроботизнауковимипрограмамипланамитемами

ДисертаційнароботавідповідаєспрямованостінауководослідноїроботиНаціональногоуніверситетуЧернігівськийколегіуміменіТГШевченкаДидактичніосновиформуванняруховоїфункціїосібякізаймаютьсяфізичнимвихованнямтаспортом№таМетодичнізасадипрофесійноїпідготовкимайбутніхучителівфізичноговихованнядоформуванняздоровогоспособужиттясучасноїмолоді№

ТемудисертаціїзатвердженовченоюрадоюЧернігівськогонаціональногопедагогічногоуніверситетуімені ТГШевченка

протокол№відгрудняртаузгодженовбюроМіжвідомчоїрадизкоординаціїнауковихдослідженьзпедагогічнихіпсихологічнихнауквУкраїніпротокол№відлистопадар

МетаізавданнядослідженняМетадослідженнярозробититеоретичнообґрунтуватитаекспериментальноперевіритипрограмунавчанняруховихдійтарозвиткуруховихякостейстудентівтехнічногоуніверситетуупозааудиторнійдіяльностізасобаминастільноготенісу

Завданнядослідження

 проаналізуватистандосліджуваноїпроблемивпедагогічнійтеоріїтапрактичнійдіяльностістудентівтехнічногоуніверситету

 визначитиособливостіруховоїпідготовленостірівняфізичногорозвиткутаздоров’ястудентівтехнічногоуніверситетувпроцесізанятьнастільнимтенісом

 розробитибіомеханічнімоделітехнічнихдійстудентівякізаймаютьсянастільнимтенісом

 теоретичнообґрунтуватиірозробитипрограмунавчанняруховихдійтарозвиткуруховихякостейстудентівтехнічногоуніверситетузасобаминастільноготенісуекспериментальноперевіритиїїефективністьупозааудиторнійдіяльності

Об’єктдослідженняосвітнійпроцесфізичноговихованнястудентівзакладіввищоїосвіти

Предметдослідженнярозвитокруховихякостейстудентівтехнічнихуніверситетівупозааудиторнійдіяльностізасобаминастільноготенісу

МетодидослідженняДлявирішенняпоставленихзавданьбуливикористанітакіметодидослідження

теоретичніаналізабстрагування індукціяузагальнення

філософськихпсихологопедагогічнихджерелдлявизначеннятеоретикометодологічнихпідходівдодослідженняокресленоїпроблематикианалізнормативноправовихтаінструктивнометодичнихдокументівУкраїнипровищуосвітупрограмноїдокументаціїзфізичноговихованнядляобґрунтуванняфізичноговихованнястудентівпідчаспозааудиторноїдіяльностіузакладахвищоїосвітитеоретичнемоделюваннядлярозробленняпрограмирозвиткуруховихякостейстудентівупозааудиторнійдіяльностізасобаминастільноготенісуузакладівищоїосвіти

емпіричніузагальненняпедагогічногодосвідупедагогічнийекспериментконстатувальнийформувальнийтаконтрольнийетапидляперевіркиефективностіорганізаційнопедагогічнихумоврозвиткуруховихякостейстудентівупозааудиторнійдіяльностізасобаминастільноготенісубесідиопитуванняанкетуваннятестуваннясамоаналізсамооцінкавключенетаопосередкованеспостереженнязметоювизначеннярівніврозвиткуруховихякостейстудентівзакладіввищоїосвіти

статистичніметодиописовоїстатистикикореляційнийаналізобчисленнястатистичнихкритеріївдлякількісноготаякісногоаналізуекспериментальнихданихЗадопомогоюпакетудлястатистичногоаналізупрограмиотриманоемпіричніданінаконстатувальномутаформувальномуетапахпедагогічногоексперименту

Використаніметодивзаємнодоповнювалиодинодногоізабезпечилиможливістькомплексногопізнанняпредметадослідження

Науковановизнаотриманихрезультатівполягаєвтомущовперше

 розробленопрограмурозвиткуруховихякостейстудентівтехнічногоуніверситетузасобаминастільноготенісуупозааудиторнійдіяльності

 визначеноосновнікількісніпоказникирозвиткуруховихякостейстудентівтехнічнихуніверситетівпідчасзанятьнастільнимтенісом

 побудованографоаналітичнімоделікоординаційноїструктурирухівстудентівзакладіввищоїтехнічноїосвітищозаймаютьсянастільнимтенісом

 визначеноефективністьпрограмирозвиткуруховихякостейстудентівзасобаминастільноготенісузвикористаннямкількіснихмодельнихпоказниківупозааудиторнійдіяльності

Удосконалено

 процесфізичноговихованнястудентівтехнічнихуніверситетівупозааудиторнійдіяльності

 педагогічнийконтрольформуванняруховихдійстудентів

Доповненоізнайшлоподальшогорозвиткуорганізаційнопедагогічні

умовирозвиткуруховихякостейстудентськоїмолодіформизасобиіметодиорганізаціїіздійсненняпозааудиторноїдіяльностіузакладівищоїосвіти

Практичнезначенняотриманихрезультатівполягаєувпровадженніпрограминавчанняруховихдійтарозвиткуруховихякостейдлястудентівтехнічнихуніверситетівзасобаминастільноготенісувикористанняякихдозволилопідвищитирівеньфізичногорозвиткуруховоїпідготовленостітапрацездатності

Матеріалидослідженняпокладеновосновунауковометодичногозабезпеченнятаорганізаціїпроцесуфізичноговихованнязасобаминастільноготенісустудентівтехнічнихуніверситетівупозааудиторнійдіяльності

Розробленіматеріалиможутьбутивикористанівикладачамизакладіввищоїосвітитренерамивикладачамидляпідвищенняефективностіпроцесуфізичноговихованняузакладахвищоїосвітидитячоюнацькихспортивнихшколах

ОсновнірезультатидослідженнявпровадженовосвітнійпроцесДЮСШ№містаКиєвадовідка№відгруднярНаціональноготехнічногоуніверситетуУкраїниКиївськийполітехнічнийінститутіменіІгоряСікорськогодовідка№відлютогорНаціональногоуніверситетубіоресурсівтаприродокористуваннядовідка№відберезнярЦентральноукраїнськийдержавнийпедагогічнийуніверситетіменіВолодимираВинниченкадовідка№нвідрПівденноукраїнськогонаціональногопедагогічногоуніверситетуіменіКДУшинськогомістаОдесидовідка№відквітняр

ОсобистийвнесокздобувачаАвторуналежатьнауковіідеїроботитеоретичнірозробкиіузагальненнявибірметодівдослідженнявисновкипрактичневпровадженнярезультатівнауковихдосліджень

Упублікаціяхвиданихуспівавторствіздобувачемвизначеноосновніпроблемитаокресленошляхипідвищенняефективностіпроцесуфізичноговихованняшколярівтастудентівзакладіввищоїосвітиздійсненоаналізумовформуванняпозитивноїмотиваціїстудентівдосистематичнихзанятьруховимивправамипідвищеннябажаннятаінтересувідвідуватизаняттязфізичноговихованнявизначеноефективністьвпливузанятьзвикористаннямсиловихвправнапоказникирозвиткуруховихякостейстудентівдослідженовпливруховихякостейнаефективністьігровоїдіяльностіунастільномутенісі

Удисертаціїневикористовувалисьідеїірозробкищоналежатьспівавторам

АпробаціярезультатівдисертаціїРезультатидисертаційногодослідженняобговоренонанауковихконференціяхрізнихрівнів

міжнароднихСучаснітенденціїтаперспективирозвиткуфізичноговихованняздоров’яіпрофесійнопедагогічноїпідготовкирізнихверствнаселеннямКиївберезнярСучасніпроблемитаперспективирозвиткуфізичноговихованняздоров’яіпрофесійноїпідготовкимайбутніхфахівцівзфізичноговихованняіспортумКиїв березняр Ключовивъпросывсъвременната

наукамСофиярСучасніпроблемифізичноговихованняіспортурізнихгрупнаселеннямСумирАктуальныенаучныеисследованиявсовременноммиремПереяславХмельницкийррАктуальніпроблемисучасноїбіомеханікифізичноговихованнятаспортумЧернігіврр

 всеукраїнських Актуальні проблемипедагогічної науки

мМиколаївр

 звітнихзасіданняхіметодичнихсемінарахтанауковихконференціяхНаціональногоуніверситетуЧернігівськийколегіуміменіТГШевченкарр

ПублікаціїОсновнірезультатидисертаціївідображеноупублікаціяхсереднихстатейунауковихфаховихвиданняхУкраїнизпедагогічнихнаукізнихувиданніУкраїнищовключенедоміжнароднихнаукометричнихбазстатейузбірникахматеріалівнауковопрактичнихконференційтаіншихвиданнях

СтруктуратаобсягдисертаціїРоботаскладаєтьсязперелікуумовнихпозначеньвступучотирьохрозділіввисновківспискувикористанихджерелнайменуваньідодатківнасторінкахПовнийобсягдисертаціїскладаєсторінокосновнийзмістдисертаціївикладеноукраїнськоюмовоюнасторінкахРоботаміститьтаблицірисунків

ВИСНОВКИ

Удисертаціїздійсненотеоретичнеузагальненняйпрактичнерозв’язанняпроблемирозвиткуруховихякостейстудентівтехнічнихуніверситетівзасобаминастільноготенісувпозааудиторнійдіяльностіУходівиконаннядисертаційногодослідженнябуловирішеновсіпоставленізавданняОтриманіпозитивнірезультатидализмогузробититаківисновки

 Розвитокруховихякостейстудентівєактуальноюпроблемоюсферифізичноговихованняякапотребуєвирішеннязарахуноквикористаннярізноманітнихформізасобівособливостудентівтехнічнихвишівпрофесійнадіяльністьякихпов’язаназіспецифічнимиумовамипрацісередякихдовготривалірізноманітністатичніположенняоднотипністьдіймонотоніянеобхідністьпідтриманнявисокоїконцентраціїтаувагипрацітощоТакароботапотребуєвисокогорівняпрацездатностітаздоров’яякогонеможливодосягтибезоптимальногорозвиткуруховихякостейПротезалишаєтьсяактуальнимпошукновихшляхівізасобіврозвиткуруховихякостейстудентівупозааудиторійдіяльностіНауковцівказуютьнапровіднийвпливруховоїактивностіуформуванніспособужиттярівняздоров’япрацездатностістудентськоїмолодіДостатньодослідженніусучаснійлітературірізноманітнізасобирозвиткуруховихякостейдітейтамолодіАлемайжевідсутнідослідженнявпливузанятьнастільнимтенісомнарозвитокруховихякостейстудентівтехнічнихуніверситетівзурахуванняммайбутньоїпрофесійноїдіяльності

Угалузівищоїтехнічноїосвітиважливемісцеповиннезайматифізичневихованнястудентівупозааудиторнійдіяльностіякневід’ємнаскладоваздоров’ятауспішноїпрофесійноїдіяльностівмайбутньомуБільшістьпрограмзфізичноговихованнястудентівупозааудиторнійдіяльностіспрямованінарозвитокруховихякостейбезурахуванняспецифікимайбутньоїпрофесійноїдіяльностімотиваціїтаінтересівстудентівнеформуютьсвідомоговідношеннядосвогожиттятаздоров’я

 Визначеноособливостіруховогорозвиткурівеньруховоїпідготовленостітаздоров’ястудентівтехнічногоуніверситетуТестуваннярівнярозвиткуруховихякостейстудентівнапочаткуекспериментудозволилодійтивисновкувитривалістьубільшостістудентіврозвиненанедостатньощонегативновпливаєнапрацездатністьстудентівСиловіякостітількиустудентіврозвинутінадостатньомурівніупереважноїбільшостістудентівсиловіякостірозвинутінедостатньоЗівсіхдосліджуванихруховихякостейшвидкістьустудентівмаєнайвищіоцінкивисокийтавищійзасереднірівніусереднійтанизькийуРозвитокспритностінасередньомурівніустудентівнизькийвисокийвищийзасереднійНезадовільнітанизькіоцінкизрозвиткугнучкостіубільшостістудентівцяруховаякістьрозвинутанайгіршеОтриманіданнівраховувалисьприскладанніекспериментальноїпрограмирозвиткуруховихякостейзасобаминастільноготенісуособливаувагаприділяласьформуваннюустудентівумінняоцінюватирівеньрозвиткуособистихруховихякостей

 РозробленобіомеханічнімоделітехнікивиконанняелементівнастільноготенісунаосновіякихскладенопрограмуоперативногоконтролюзарозвиткомруховихякостейстудентівАсамепрограмаоперативногоконтролювключаєвиконаннятестовихзавданьнаосновіаналізуграфічнихмоделейбіомеханічнихпоказниківдозволяєспівставититазробитипорівняльнийаналізефективностівпровадженняпрограмирозвиткуруховихякостейстудентівупозааудиторнійдіяльності

 Результатитестуваннярівнярозвиткуруховихякостейнапочаткутавкінціекспериментудоводятьефективністьзапропонованоїекспериментальноїпрограмирозвиткуруховихякостейстудентівтехнічногозакладувищоїосвітивпозааудиторнійдіяльностізасобаминастільноготенісу



групВизначенощопоказникистудентівекспериментальноїгрупимаксимальнонаближенідомодельних

Отжезапропонованапрограмарозвиткуруховихякостейзасобаминастільноготенісустудентівтехнічнихуніверситетівдозволяєефективнопідвищуватирівеньруховоїпідготовленостісприяєрозвиткуруховихякостейпідвищеннюпрацездатностітарівняздоров’ястудентів

ПерспективнимнапрямкомподальшогодослідженняможебутирозвитокруховихякостейстудентськоїмолодізасобаминастільноготенісуззастосуваннямрозробленихнамиметодикзурахуваннямстатевихособливостейсоціальнопсихологічнихфакторівтаіншихнапрямківпрофесійноїпідготовкиЇхможнарекомендуватидлявпровадженнявпрактикуроботизфізичноговихованнязакладіввищоїосвітиУкраїни