

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ



ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

**Матеріали Всеукраїнської
науково-методичної конференції
(10 - 12 квітня 2019 року, м. Одеса)**



У збірнику опубліковано матеріали Всеукраїнської науково-методичної конференції «Забезпечення якості вищої освіти», яка проходила 10 - 12 квітня 2019 року на базі Одеської національної академії харчових технологій.

Для педагогічних та науково-педагогічних працівників, докторантів, аспірантів, усіх, хто цікавиться питаннями забезпечення якості вищої освіти.

Рекомендовано до друку Оргкомітетом Всеукраїнської науково-методичної конференції «Забезпечення якості вищої освіти»

Редакційна колегія:

- | | |
|--------------------------|---|
| Сгоров Б.В. | - ректор Одеської національної академії харчових технологій, д. т. н., професор (голова редакційної колегії) |
| Тришин Ф.А. | - проректор з науково-педагогічної та навчальної роботи, к. т. н., доцент (заступник голови редакційної колегії) |
| Мардар М.Р. | - проректор з науково-педагогічної роботи та міжнародних зв'язків, д. т. н., професор |
| Кананихіна О.М. | - проректор з науково-педагогічної та виховної роботи, соціальних питань, оздоровлення і спорту, к. т. н., доцент |
| Мураховський В.Г. | - директор Навчально-методичного центру забезпечення якості вищої освіти, к. ф.-м. н., доцент |
| Волков В.Е. | - д. т. н., професор кафедри Вищої та прикладної математики |
| Корнієнко Ю.К. | - директор центру дистанційної освіти, к. ф.-м. н., доцент |
| Радіонова О.В. | - к. т. н., доцент кафедри Технології вина та енології |
| Купріна Н.М. | - декан факультету економіки, бізнесу і контролю, к. е. н., доцент |
| Хобін В.А. | - директор Навчально-наукового центру інформаційних технологій, д. т. н., професор |
| Сярова А.С. | методист Навчально-методичного центру забезпечення якості вищої освіти |

Оргкомітет Всеукраїнської науково-методичної конференції «Забезпечення якості вищої освіти» може не поділяти думку учасників. Відповідальність за зміст і достовірність поданого матеріалу несуть учасники.

Крім розвитку фізичних якостей, багатьох молодих людей цікавить цілеспрямований вплив на певні групи м'язів для формування красивої статури. Інформація про те, як цілеспрямовано розвинути певні групи м'язів, знаходиться на сайтах, які присвячені фітнесу і бодібілдингу:

- <http://fatalenergy.com.ru/http://medbookaide.ru/books/fold1002/book1004/p4.php>;
- <http://www.fittoday.ru/>;
- <http://xage.ru/comments.php?id=4104>.

На вказаних сайтах наведені вправи, які можна виконувати не тільки в сучасних тренажерних залах, але й і у себе вдома. До однієї з таких вправ належить класичне «згинання-розгинання рук в упорі лежачи» або «віджимання». Автори статей, що наведені на сайтах, вказують на те, що необхідного ефекту можна досягти за допомогою достатньо простих вправ.

Висновки: В теперішній час назріла необхідність створення інформаційного ресурсу, на якому би бажаючі займатися фізичними вправами самостійно, могли би знайти для себе відповідні програми тренувань. Розробка такого інформаційного ресурсу є завданнями наших майбутніх досліджень.

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ ТА ЇЇ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З КОМПОНЕНТАМИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Т.В. Волкова, В.В. Гончарук

Фізична підготовка спортсменів у сучасному волейболі набуває особливого значення у зв'язку з розширенням діапазону ігрових дій, збільшенням напруги гри, що потребує від спортсменів максимальних фізичних зусиль у ситуаціях, які швидко змінюються на волейбольному майданчику.

Основними засобами фізичної підготовки волейболістів є загальнорозвиваючі вправи, підготовчі вправи, вправи з предметами й на приладах, акробатичні вправи, вправи з обтяженням, використання тренажерних пристроїв і додаткового обладнання. Важливим засобом фізичної підготовки є вправи з предметами: набивними, баскетбольними, тенісними, футбольними м'ячами, зі скалкою, гумовими амортизаторами, гантелями тощо.

Основу фізичної підготовки волейболістів становлять швидкісно-силова підготовка й розвиток сили, швидкості в поєднаннях, впливаючи зі специфіки ігри у волейбол. Якщо подивитися на техніку волейболу, можна помітити, що взаємодія швидкості та сили займає провідне місце в здійсненні результативності технічних прийомів гри, зокрема нападаючого удару, захисних дій.

У річному тренувальному циклі волейболістів фізична підготовка займає 50% часу на загальнопідготовчому етапі, 25-30% - на спеціальному й 20-25% - на передзмагальному етапі. У перервах між змаганнями в тижневому циклі на

фізичну підготовку відводиться 20-25% часу. Фізичне навантаження потрібно підвищувати поступово. Заняття з фізичної підготовки в підготовчому періоді тривають 40-45 хв. на кожному тренуванні, або 1.5-годинні самостійні заняття.

Дуже важливо в процесі підготовки волейболістів підбирати підготовчі вправи для спеціальної фізичної підготовки, які за характером виконання й структурою рухів подібні до тих або інших прийомів техніки, до їхніх різновидів та елементів. Систематичне застосування підготовчих вправ створює сприятливі передумови для формування стійких рухових навичок. Під час виконання підготовчих вправ дотримувалися певної послідовності, а саме: вправи на швидкість реакції, спостережливість, координацію, швидкість відповідних дій, швидкість переміщення, для розвитку дії й швидко-силових якостей, ігри та естафети з перешкодами, вправи для розвитку спеціальної витривалості.

Аналіз результатів дослідження засвідчує, що волейболісти різних ігрових положень мають різний рівень фізичної підготовленості. За даними кистьової та станової динамометрії, найбільш високі показники виявлено в гравців першого темпу, далі - гравці другого темпу. Нижчий рівень підготовленості у зв'язуючих гравців.

За даними комплексної оцінки фізичної підготовленості, гравці першого темпу мають найвищі показники стрибка в довжину з місця, кидка набивного м'яча та човникового бігу. Натомість, гравці другого темпу кращі в стрибках уверх із місця й розбігу, згинанні та розгинанні рук в упорі лежачи, підніманні тулуба з положення лежачи. Найвищий результат вони показують також із комбінованого тесту й достовірно відрізняються від інших гравців, що вказує на більш високий рівень розвитку в них спеціальних швидко-силових якостей.

Із багатьох показників оцінки фізичної підготовленості гравці ліберо поступаються гравцям першого темпу та є більш близькими до рівня підготовленості волейболістів другого темпу. Цей факт пояснюється тим, що до цього часу немає єдиної науково обґрунтованої методики підготовки гравців ліберо. Як правило, ці гравці в одному турі змагань виконують функції ліберо, а в іншому - другого темпу.

Виявлено, що зв'язуючі гравці достовірно поступаються гравцям першого темпу за показниками рівня розвитку силових, швидко-силових якостей та спеціальної витривалості (динамометрії, стрибки вверх й у довжину з місця та комбінований тест).

За результатами дослідження, довжина тіла у волейболістів становила в середньому 180 см, а маса тіла - 72.5 кг. При цьому, гравці першого темпу переважають гравців як за довжиною, так і за масою тіла. Натомість, за цими показниками гравці ліберо поступаються гравцям інших ігрових положень. Наведені дані підтверджують тенденцію, коли при комплектуванні команди тренери віддають перевагу високорослим гравцям, незалежно від їхньої кваліфікації й рангу участі в змаганнях.

Висновки: Характерною особливістю сучасного волейболу є не лише зростаюча інтенсивність гри, універсалізація гравців, та їх вузька спеціалізація, яка обумовлена виконанням функцій певних ігрових положень, що вимагає відповідного рівня фізичної підготовленості.

Фізична підготовка як одна зі сторін тренування, спрямована на розвиток фізичних якостей та функціональних систем організму гравців, на створення сприятливих умов для досконалого оволодіння технікою гри та тактичними діями. Волейболісти різних ігрових положень відрізняються за показниками фізичної підготовленості, яка суттєво позначається на ефективності гри. Гравці першого темпу за силовими показниками переважають зв'язуючих, ліберо й гравців другого темпу. За більшістю показників фізичної підготовленості, гравці ліберо є ближчими до волейболістів другого темпу. Найбільш високий рівень спеціальної швидкісної витривалості, за результатами комбінованого тесту, у гравців другого темпу.

Отримані дані про фізичну підготовленість можуть бути використані як критерії для комплексної оцінки розвитку фізичних якостей кваліфікованих волейболістів при відборі гравців для комплектування команди.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у пошуку ефективних засобів і методів фізичної і технічної підготовки студентів на заняттях підвищення спортивної майстерності з волейболу.

ЕЛЕКТРОННА ОСВІТА ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

В.С. Артеменко, І.Г. Бубенець, В.В. Янчев

**Харківський державний університет харчування та торгівлі,
м. Харків, Україна**

Роль якісної освіти дуже значима на всіх етапах розвитку цивілізації. Відмінною рисою нового часу є не тільки гігантський обсяг інформації, інтенсивно зростаючі темпи виробництва та накопичення нових знань, але й високопрофесійні кадри. Все це радикальним чином змінило саму суть процесу освіти: вона стала безперервною (принцип «освіта через усе життя»), більш інтенсивною і більш динамічною. Постійно змінюються й освітні технології: традиційні педагогічні методи «з крейдою біля дошки» все менше відповідають новим вимогам.

Як свідчать дослідження науковців з проблематики забезпечення якості вищої освіти, необхідний потенціал містять нові методики навчання на основі інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ), оскільки саме вони здатні забезпечити індивідуалізацію навчання, адаптацію до власних здібностей, можливостей та інтересів тих, хто навчається, розвиток їх самостійності і творчості, доступ до нових джерел навчальної інформації, використання

Деякі особливості самоосвіти студентів в умовах активного розвитку інформаційно-комунікаційних технологій	
Г.А. Черняк	305
Конспектування - необхідне вміння для студента	
М.В. Мордовець	308
Фізичні закони і явища в технологічних процесах харчової промисловості	
С.Н. Федосов	310
Сучасні вимоги та особливості організації ефективної самостійної роботи студентів	
М.Д. Потапов, Ж.Ф. Дорошенко	311
Професійна спрямованість фізичного виховання студентів технологічного ЗВО	
Д.В. Болтоматіс, Н.В. Павлова	312
Оптимізація самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів	
О.В. Павлюк	314
Використання інтернет-ресурсів для проведення самостійних занять з фізичної культури	
С.В. Халайджі	316
Фізична підготовленість волейболістів та її взаємозв'язок з компонентами змагальної діяльності	
Т.В. Волкова, В.В. Гончарук	318
Електронна освіта як інструмент підвищення якості вищої освіти	
В.С. Артеменко, І.Г. Бубенець, В.В. Янчев	320
Елементи анімації в медійном супроводженні лекції - мотивація зворотного зв'язку	
Л.І. Морозюк, В.В. Соколовська-Єфименко	323