

інтенсивною м'язовою роботою, тим більше вона впливає на організм і цінніше як засіб активного відпочинку.

Найбільш ефективним тривалим активним відпочинком є спортивний туризм, участь в спортивних заходах (орієнтування на місцевості і т.д.). [3, 4]

Розрізняють туризм пішохідний, велосипедний, автомобільний, лижний, водний і комбінований, при останньому частину шляху відбувається пішки і частина – тим чи іншим видом транспорту. Під час туристичних походів підвищується настрій, виникає приплив бадьорості і сил. Все це позитивно впливає на стан нервової системи. Крім того, тривале перебування на свіжому повітрі, особливо в походах на ночівлю під відкритим небом і в наметах, сприяє загартовуванню організму.

Кожен студент хоче бути здоровим і сильним, і саме фізична культура допоможе йому в цьому. На заняттях з фізичної культури є можливість поліпшити стан організму, поліпшити свою поставу, поліпшити зір. Фізкультура допомагає загартовуватися, а це підвищує імунітет. Щоденне заняття спортом допомагає бути сильніше і витривалішими.

Література:

1. Дмитренко С.М. Методичні рекомендації для підготовки студентів до екзамену з Теорії фізичного виховання для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» / С. М. Дмитренко, І. О. Асаулюк. - Вінниця, 2016. - 112 с

2. Краснобаєва Т.М. Особливості формування фізкультурно-спортивних умінь у студентів: методичний посібник для викладачів фізичного виховання Вищих Навчальних Закладів освіти / Т. М. Краснобаєва, М. А. Галайдук. - Вінниця: Едельвейс і К, 2016. - 49 с

3. Кулепов Євген. Техніка пішохідного туризму: проведення змагань у Закритого акціонерного приміщеннях / Євген Кулепов Краще знання. Географія. Туризм. - 2019. - Вересень (№ 9). - С. 63-67.

4. Фізичне виховання, спорт и культура здоров'я у сучасності суспільстві: збірник наукових праць Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. № 2 (46) / ред. А. В. Цьось; Міністерство освіти и науки України, Східноєвропейській національний університет імені Лесі Українки. - Луцьк: Східноєвропейській національний університет імені Лесі Українки, 2019. - 123 с.

УДК 371.134:81'243:008

ФОРМУВАННЯ КРОСКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ В ПРОЦЕСІ ІНОШОМОВНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

***Орлова О.В.**, кандидат культурології, старший викладач кафедри іноземних мов МНАУ*

Стаття присвячена проблемі формування кроскультурної компетенції майбутніх фахівців в процесі вивчення іноземної мови, що є основою глобального розуміння культури та сприяє ефективному міжкультурному діалогу та взаєморозумінню.

Ключові слова: *кроскультурна компетенція, майбутній фахівець, міжкультурна комунікація, мовна підготовка, мовленнєві уміння і навички, полікультурне середовище.*

The article deals with the problems of cross-cultural competence formation of future graduates in the process of foreign language learning that is the basis for global culture understanding and contributes intercultural dialogue and understanding.

Key words: *cross-cultural competence, future graduate, intercultural communication, language education, language skills, polycultural environment.*

Considering the joining Ukraine to the European Union the improvement of the quality of professional training corresponding the international and European standards is gaining its actuality. Professional competence shall admit that the graduate must be aware of all cultural norms and patterns in the given sphere of human activity. If the person is competent even beyond the bounds of his own professional activities, he/she shall be common culturally competent [4].

A. Fliyer sees the notion of “cultural competence” as quite high degree of person’s socialization and enculturation that enriches him with opportunity to understand, use and interpret the whole scope of everyday and special knowledge which make the standards of general-social erudition in the certain environment, body of rules, the specimens of laws, customs and bans.

Cultural competence of the personality defines the measure of his acquaintance with common social experience of the nation generally and the norms of interpersonal relations produced by that experience [5, с. 240–242].

The need for strong cross-cultural competence in today’s environment is stronger than ever before. Globalization and the changing demographics in many of the world’s leading countries has lead to a significant increase in professional communication in the foreign languages. This process can’t be effectively performed without being aware of behavior rules, norms, methods of cross-cultural communication. Thus, future professionals training for cross-cultural communication minding the cross-cultural competence formation in the process of foreign languages studies is an essential demand of today and a cornerstone of their successful career in the international human resources market.

The notion of cross-cultural communication having become essential in the framework of the modern foreign languages studies conception has been investigated by numerous foreign and home researchers (M. Akopova, N. Almazova, S. Ter-Minasova, E. Vereshchagin, V. Kostomarov, V. Safonova, L. Barna, M. Byram, E. Hall, G. Hofstede, G. Neuner and others).

Nowadays, English being the language of international communication is used as overcultural and metacultural language all over the world. This means that communication is performed in non-native language for the participants of speech interaction, i.e. language-mediator, and is becoming cross-cultural communication itself [3]. Thus, cross-cultural relations are occurring within the contact between the representatives belonging to more than two cultural groups. It is necessary to introduce the elements of culture of different world communities into foreign

language for specific purposes curriculum to make this communication effective, tolerant, avoiding the conflicts, not breaking cultural traditions and rules.

Therefore, the study of languages of international communication shall be performed in the context of the dialogue of cultures and civilizations which, finally, can result in the formation of cross-cultural competence. To have cross-cultural competence means to be able to perform cross-cultural communication in the professional activities. To form cross-cultural competence is to make conditions for the students to adopt to the specificity of cross-cultural relations between the native culture and culture under study speech act structural differences, the system of values, specific features of verbal and non-verbal behavior in accordance with the cultural norms. With the mind of cross-cultural aspect, lingua country studies and lingua culture studies are becoming essential competences for tourism and hospitality professionals training.

The professional competence of graduates shall include professional knowledge, skills, methods of performing professional activities and ability to fulfil their professional activities in certain area and in foreign language speaking environment.

The future professionals training shall be based on the authentic materials reflecting the specific features of overseas experience in their professional sphere including regional culturally marked component that can inform foreign clients about native culture and specific resources of the given area [2].

The methods of formation of the cross-cultural competence should have in its foundation the following principles of linguodidactics: the principle of orientation to “cross-cultural literacy” formation, the principle of contrastively reflecting the cross-cultural aspect of training, the principle of co-studying the languages and cultures, the principle of lingua cultural orientation.

The important elements of the formation of cross-cultural competence of the university graduates should be emphasized as follows: lingua country studies – the knowledge of the lexical units marked with national and cultural semantics as well as ability to use them adequately in the certain communication situation; lingua culture studies – readiness to percept the different form of communicative behavior, understanding its differences and variability depending on the culture, avoiding both sense and cultural failures strategy formation.

REFERENCES

1. Гершунский Б.С. Философия образования для XXI века / Б.С. Гершунский. – М., 1997. – 693 с.
2. Михеева, С.А. Формирование социокультурной компетенции при обучении иностранным языкам. // Лингвофевраль: материалы межвузовской научно-практической конференции по проблемам филологии и методики преподавания иностранных языков. - Сочи: РИО СГУТиКД, 2005 - С.24-26.
3. Михеева, С.А. К вопросу реализации культурологического аспекта профессиональной подготовки студентов туристского вуза на занятиях по иностранному языку. // Материалы 5-й студенческой научно-практической конференции г.Сочи, 23-25 марта 2006 г. (Дни науки Социально-педагогического института СГУТиКД).- С.69-70.
4. Розов Н.С. Философия гуманитарного образования / Н.С. Розов. – М. : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 1993.

5. Флеер А.Я. Культурология для культурологов : навч. посіб. для высшей школы / А.Я. Флеер. – М. : Академический проект, 2000. – 496с.

УДК 796

СПОРТ ТА ДІДЖИТАЛІЗАЦІЯ: ХТО ПЕРЕМОЖЕ?

*Петренко Н. В., канд. пед. наук, завідувач кафедри фізичного виховання
Миколаївський національний аграрний університет*

В сучасному світі стрімкий розвиток світової цивілізації дає можливість широко поширювати електронні інформаційні мережі, які забирають багато вільного часу. Виникли зміни в усіх сферах суспільного життя: онлайн-робота або робота в офісі, створення відкритих дистанційних курсів, онлайнвебінари, квести, тобто «на місці», «сидячи» все це негативно впливає на здоров'я та самопочуття людини. Тому, на нашу думку, актуальним є проблема необхідності заняття фізичною культурою та спортом для всіх верств населення.

XXI століття характеризується значним технологічним проривом людства, розвитком діджиталізації, появою нових технологій, які повинні полегшити звичайне життя людей та дозволити більше часу приділяти нагальним потребам, а не звичним побутом справам. Попри те, що у людей з'явилося більше вільного часу, який можна використовувати в тому числі на заняття спортом, виникла проблема залежності людей від гаджетів, Інтернету, відповідно соціальних мереж тощо. Саме тому необхідно допомогти людям виробити звичку займатися спортом, вести здоровий спосіб життя, тобто піклуватися про власне здоров'я.

Відповідно до закону України від 24.12.1993 №3808-ХІІ «фізична культура – діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей з метою їх гармонійного, передусім фізичного, розвитку та ведення здорового способу життя» [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Діджиталізацію необхідно розглядати з позиції комплементарності, що передбачає охоплення нею всіх процесів людської діяльності та суспільного життя, у тому числі і освіти. Сьогодні доводить, що вже створено технології дистанційного і веб-зорієнтованого навчання (веб-додатки, вебінари, веб-квести, веб-мультимедіа, веб-зорієтована система відкриті дистанційні курси, віртуальні лабораторії, тощо). Освіта орієнтується на діяльнісні, розвиваючі технології, які формують у молоді уміння вчитися, оперувати і управляти інформацією, швидко приймати рішення, пристосовуватись до потреб ринку праці (формувані основні життєві компетенції) [3].

Ольга Камінська акцентує увагу на тому, що сьогодні Інтернет-залежність вважається однією з основних проблем сучасного суспільства. Найбільше підпадають під її вплив підлітки та молодь, для яких мережа Інтернет є джерелом для самовизначення й самоствердження, а обізнаність у новітніх

інтернет-технологіях – можливістю підкреслити власну значущість у колі однолітків [2].

Кожна людина повинна вміти раціонально та виважено розподіляти свій час та використовувати його повною мірою [1]. На сьогодні за результати опитування доросла людина в середньому витрачає на гаджети 45% власного часу. Це катастрофічні показники, адже це час протягом якого людина просто дивиться в монітор чи екран смартфона і фізично нічого не робить. Так як життя у сучасному світі неможливе без використання гаджетів та технологій, для збереження власного здоров'я необхідно людям раціонально розподілити власний час і включити в нього обов'язково заняття спортом та фізичною культурою.

Займатись фізичними вправами та вести здоровий спосіб життя необхідно тому, що відмінний фізичний стан це профілактика багатьох захворювань; психологічне розвантаження допомагає розслабитись та зняти напругу, звільнитися від стресу; можливість схуднути та підтримувати форму; розвивати свої фізичні здібності, навички; можливість реабілітації після хвороби чи нещасного випадку; подовження тривалості життя (як індивідуально, так і суспільства і цілому) - можливість довше залишатися молодими.

Сьогодні існує багато видів спорту та напрямків якими можна займатися і підтримувати власне здоров'я. Стає «модним» правильно харчуватися, займатися фітнесом, йогою, відвідувати заняття танців, басейн, їздити на велосипеді тощо. Але потрібно щоб заняття спортом та фізичною культурою підтримувалося на усіх рівнях: на роботі – обладнати безкоштовні спортзали для працівників; поруч з будинком – обладнати спортивні та дитячі майданчики (це завдання місцевих органів влади); в місті – розмежувати доріжки для велосипедів; в парках – створити ігрові майданчики (для гри в волейбол, теніс).

Отже, якщо об'єднати всі зусилля – допомога місцевих органів влади, керівництва на роботі та власне бажання людини, то можна використати сучасні технологічні здобутки для покращення та підтримання здоров'я населення на відповідному рівні та запобігання розвитку різноманітних хвороб.

Література:

1. Іванько О. А. Фізична культура і спорт як соціальна сфера діяльності людини. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2004. № 18. С. 138–143.
2. Камінська О. Вплив інтернет-залежності на формування ціннісних орієнтацій молоді / О. Камінська // Нова педагогічна думка. - 2014. - № 1. - С. 178-182. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npd_2014_1_57
3. Омельчук О. В. ДІДЖИТАЛІЗАЦІЯ СУСПІЛЬСТВА І ҐАДЖЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ – ПОКОЛІННЯ DIGITALNATIVES / О. В. Омельчук, Л. М. Левіцька. // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова Випуск 3 К (123) – 2020. – С. 296–300.
4. Про фізичну культуру і спорт: закон України від 24.12.1993 № 3808-XII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.