



Куртова Г., Гришко Ю. Проблеми і шляхи підвищення ефективності фізичного виховання студентів під час навчання у вищому технічному навчальному закладі // Освіта. Інноватика. Практика : науковий журнал. 2017. № 2(3). С. 38-42.

Kurtova G., Grishko J. Problems and ways of improving efficiency of physical education of students at the time of teaching in the higher technical educational paper // Education. Innovation. Practice: scientific journal. 2017. Issue 2(3). P. 38-42.

Галина Куртова¹, Юрій Гришко²

¹Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка, м. Чернігів

²Київський еколого-природничий ліцей № 116, м. Київ

ПРОБЛЕМИ І ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ ТЕХНІЧНОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Постановка проблеми. Державні вимоги до системи фізичного виховання студентської молоді, розроблені відповідно до Законів України «Про фізичну культуру і спорт», «Про освіту», Державних програм розвитку фізичної культури і спорту в Україні передбачають, що фізичне виховання молоді України є важливим компонентом гуманітарного виховання, спрямоване на формування у них фізичного та морального здоров'я, вдосконалення фізичної і психічної підготовки до ведення активного життя, професійної діяльності та захисту Батьківщини.

Проблема пошуку ефективних шляхів удосконалення фізичного виховання, підвищення рухової активності та покращення рівня здоров'я студентів технічного ВНЗ визначає актуальність дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналізу особливостей виховного процесу у вищих навчальних закладах присвятили свої роботи І. Драгомирова, В. Колечко, В. Тинний, А. Розенберг, Ю. Сухарников. Автори наголошують на необхідності внесення певних змін як до його змісту, так і до засобів реалізації, перегляді усталених підходів до ставлення у системі «викладач – студент», усуненні наявної безособовості виховання, впровадження інноваційних форм і методів.

До вивчення проблем фізичного виховання молодого покоління, формування у нього відповідних умінь і навичок зверталися В. Кайносов, Н. Хоменко (формування потреби у фізичному вдосконаленні), Л. Суценко, Б. Шиян (професійна підготовка майбутніх фахівців), Б. Ведмеденко, Ю. Железняк, В. Назаров (виховання звички до систематичних занять фізкультурою і спортом), П. Жорова, І. Назарова, Є. Щербаков (розвиток інтересу до спортивно-фізкультурної діяльності), М. Солопчук (виховання потреби у фізичному вдосконаленні), Г. Власюк (виховання прагнення до здорового способу життя).

Питання мотиваційної сфери займають особливе місце у формуванні ціннісного ставлення студентів до власного здоров'я та дотримання здорового способу життя, потреби у збереженні здоров'я [4].

Існує багато досліджень, у яких розкрита теорія оптимізації навчально-виховного процесу (Е. Вільчковський, О. Гужаловський, І. Іваній, Т. Лоза та ін.); дослідження оптимізації викладання дисциплін у вищому навчальному закладі (Л. Безкоровайна, Г. Куртова, О. Онопрієнко, О. Тимошенко та ін.).

Питання щодо організації підготовки студентів вищих навчальних закладів до майбутньої професійної діяльності знайшли своє відображення в працях українських вчених: С. Гаркуші, М. Носка, В. Сидоренка, П. Тищенко, Т. Хабінець, Б. Шияна.

Формулювання цілей статті: проаналізувати стан досліджуваної проблеми в педагогічній теорії, визначити проблеми та перспективи удосконалення фізичного виховання студентів вищого навчального технічного закладу.

Результати дослідження. На основі теоретичного аналізу літератури можна зазначити, що значна кількість фахівців займаються пошуком та розробкою оптимальної організації навчального процесу фізичного виховання студентської молоді (А. Драчук, К. Максимова, К. Мулик).

Такі автори, як М. Носко, О. Олійник в своїх роботах розглядають застосування спортивно-орієнтованого фізичного виховання, як засобу підвищення працездатності, рівня здоров'я та розвитку рухових якостей студентів. Але, на превеликий жаль, рівень та стан здоров'я студентської молоді знаходиться в критичному стані. Ця проблема є однією з найактуальніших, адже після закінчення навчання у ВНЗ для молоді відкриваються нові шляхи. Частина випускників буде продовжувати навчання, частина стане конкурентоспроможними спеціалістами в своїй сфері вони

будуть створювати родину та продовжувати свій рід.

Однією з важливих складових системи освіти студентської молоді є фізичне виховання, головною метою якого є покращення рівня здоров'я, про це не одноразово у своїх роботах зазначали О. Архипов, Г. Арзютов, Е.Вільчковський, С. Гаркуша, С.Єрмаков, М.Носко та ін..

Необхідність реформування і модернізації фізкультурної освіти студентів обумовлена наступними причинами:

- тенденцією до погіршення стану здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості молоді;
- недостатньою ефективністю фізичної культури в освітньому процесі у вирішенні оздоровчих завдань;
- низькою методичною підготовленістю фахівців у питаннях впровадження інноваційних технологій у заняття фізичною культурою в систему вищих начальних закладів України [10].

Дослідження фахівців в галузі фізичного виховання студентів (О.Дубогай, М.Носко, Р.Карпюк, Л.Сущенко, С.Сичов) доводять, що сучасна молодь, на жаль, стає фізично слабкішою, розвиток рухових якостей людей не відповідає вимогам сучасної підготовки фахівців.

Важливим програмним документом, який визначає державну політику в галузі фізичного виховання дітей та молоді, є «Концепція фізичного виховання в системі освіти України» [5], Концепція базується на Конституції України, законах України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт» та інших державних законодавчих актах.

Рівень фізичної підготовленості з кожним роком набуває все більш вагомого значення. Все більше Державних Програм, Указів Президента України, Постанов Верховної Ради України направлені на розвиток країни та покращення стану фізичного розвитку за рахунок фізичної культури і спорту.

Діяльність сучасної студентської молоді характеризується постійним ростом об'єму інформації, високою інтенсивністю процесу навчання, низьким рівнем рухової активності, що призводить до зниження показників фізичної підготовленості, працездатності та погіршення здоров'я.

Для формування гармонійно розвиненої людини повинні бути створені сприятливі умови у відповідності з її анатомо-фізіологічними та психічними особливостями. Важливою умовою нормального функціонування організму, а також однією з найважливіших форм життєдіяльності організму – є рухова діяльність. Від режиму рухової активності багато в чому залежить розвиток моторики, рухових якостей, стан здоров'я, працездатність, успішність засвоєння матеріалу з різних предметів, настроїв та довголіття людини.

Підвищення рівня здоров'я і розвиток необхідних рухових якостей пов'язані з руховою активністю студентів, яка на жаль, знижується як за час навчання у школі, так і впродовж навчання у ВНЗ. За оцінками фахівців, в організації фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами існує низка суттєвих недоліків, серед яких малий обсяг навчального часу, відведеного на обов'язкові заняття фізичною культурою, незадовільне фінансове та матеріально-технічне забезпечення організації фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентською молоддю та, насамперед, низька мотивація студентів до занять.

Аналіз літературних даних свідчить про те, що традиційна форма фізкультурних занять сприяє зниженню зацікавленості студентів до процесу фізичного виховання та призводить до «відбування» навчальних занять з цього предмету. Потрібно впроваджувати нові методи мотивації студентів до занять. Багато фахівців вважають, що це можливо лише за умови надання вибору виду спортивної діяльності, тільки таким чином звертаючи увагу на бажання студентів займатись тим чи іншим видом спорту можна забезпечити підвищення їхнього рівня рухової активності [7, 8, 10].

М. Старченков вважає, що найбільш значущим інтересом до фізичного виховання студентської молоді є мотиви поліпшення зовнішнього вигляду, що відповідає психологічним особливостям віку, мотиви поліпшення здоров'я, уникнення конфліктів з викладачем, профілактика розвитку стресових станів, але займатися фізичним вихованням студенти повинні в основному через необхідність академічного заліку.

Фізичні вправи впливають на продуктивність роботи, вони сприяють високій активності студентів, регулярні заняття певними видами спорту, правильне використання їх у режимі навчання сприяють підвищенню фізичної і розумової працездатності студентів, вдосконаленню ряду необхідних їм якостей – глибини мислення, координаційних здібностей, оперативної, зорової й слухової пам'яті, сенсомоторних реакцій, до того ж фізична культура і спорт є важливим чинником зниження рівня захворювань й травматизму.

Для підвищення ефективності фізичного виховання у вищих навчальних закладах проводиться досить багато різноманітних досліджень. Зокрема, пропонується вдосконалити методи й форми проведення занять, покращити програмно-нормативне забезпечення, збільшити рухову активність студентів, формувати здоровий спосіб життя. Як свідчить низка досліджень останніх років, у зв'язку зі збільшенням нервово-емоційної напруги студентів вищих навчальних закладів, великого значення набувають засоби фізичного виховання. Розвиток цивілізації породжує такі зміни в способі життя, які підвищують ступінь ризику виникнення в молодих людей захворювань серцево-судинної системи, онкологічних захворювань, ожиріння. Щоб впливати на поведінку молодої людини з майже вже сформованим світоглядом, переконаннями, необхідні зусилля як зі сторони самої людини, так і зі сторони навчального закладу.

Навчальна діяльність студентів носить яскраво виражений гіпокінезійний і гіподинамічний характер. Під гіпокінезією й гіподинамією розуміють недостатність м'язової діяльності людини. Гіпокінезія означає зменшення рухової діяльності з обмеженням просторових характеристик рухів, а гіподинамія зменшення сили скорочення м'язів. У звичайних умовах ці стани, як правило, сполучаються.

У сучасній молоді недостатньо розвинене мотиваційно-ціннісне ставлення до занять фізичними вправами, що свідчить про необхідність подальшого пошуку ефективних шляхів формування у студентів активно-позитивного ставлення до занять [4].

Аналіз науково-методичної літератури (М. Булатова, Т. Круцевич, О. Куц, В. Волков, Л. Пилипей) свідчить про те, що у переважній більшості студентів відсутня мотивація до занять фізичною культурою та спортом. Основна причина – класична схема викладання фізичного виховання та недоліки матеріально-технічної бази. Характерні вправи, що пропонують студентам не викликають подиву та захвату, тим самим не стимулюють їх до занять. 4 години із загальноосвітнього курсу не вирішують у повному обсязі проблему оптимізації та потребують підвищення та збільшення інтенсивності навантаження.

Ухвалені Закони України, програми розвитку, нова концепція освіти це все вносить свої позитивні корективи у відповідності до вимог сьогодення та доповнюють класичну освіту.

Фізичне виховання переживає суттєві зміни: на фоні позитивних змін відбувається інтенсифікація освітнього процесу. В цілому, такі зміни в освітньому процесі відбуваються різноманітними шляхами. Перший з них, збільшення кількості навчальних годин. Суттєве збільшення навчального навантаження не проходить безслідно: у цих студентів частіше відмічається більша поширеність і виразність нервово-психічних порушень, висока втомлюваність, що супроводжується імунними та гормональними дисфункціями, більш низький опір до захворювань та інші порушення. Спостерігається прямий взаємозв'язок між станом здоров'я та інтенсифікацією навчального процесу.

Частий наслідок інтенсифікації – виникнення в студентів станів втоми, стомлення, перевтоми. Саме перевтома створює передумови розвитку гострих та хронічних порушень здоров'я, розвитку нервових, психосоматичних захворювань.

Слід акцентувати увагу на те, що деякі вищі навчальні заклади проявляються у повній або частковій відмові навчальних закладів від практичного курсу дисципліни "Фізичне виховання" або переходу на самостійну роботу студентів у цій сфері.

Проблема збереження та покращення здоров'я, на думку О. Дубогай вимагає комплексного вирішення з боку медичних закладів та установ, родинного виховання, фізкультурно-оздоровчих організацій.

Дослідження Б. Когана, Ю. Антіпова, І. Муравова визначають пряму залежність стану здоров'я студентської молоді від форми та методів проведення занять що використовуються.

Фізична культура в процесі виховання студентів під час навчання у вищих навчальних закладах має на меті, ознайомлення, оволодіння та удосконалення певними руховими діями, що покращують та позитивно впливають на стан здоров'я.

Пошуку шляхів оптимізації процесу формуванням фізичних та рухових вмінь та навичок присвячені роботи багатьох науковців (В. Ареф'єва, Ю. Гавердовського, О. Дубогай, Т. Круцевич, В. Мазніченка, М. Носка, О. Худолія та ін.).

Викладання фізичного виховання в ВНЗ здійснюється у відповідності до навчальних програм з предмету "Фізичне виховання" або секційної роботи, що розроблена та адаптована у відповідності до всіх вимог та відповідає рівню акредитації ВНЗ. Розроблена та затверджена програма на кафедрі має обов'язково відповідати всім вимогам "Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України".

Переважає більшість законів, постанов, програм, наказів тощо, не виконуються в повному обсязі, не дивлячись на те, що мають потужну нормативно-правову базу та державно-правові

засади. Все це, пов'язують із традиційними проблемами, а саме з економічною ситуацією та байдужим ставленням до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Всі ці фактори, мають своє відображення у значному обмеженні рухової функції та недотриманні здорового способу життя.

Сучасні дослідження дозволяють стверджувати, що засоби та методи фізичного виховання використовуються для формування значущих професійно-прикладних якостей у спеціалістів різного профілю (А.Барабаншиков, Е. Пеньковський, І. Медведєв, В. Косяченко), засоби фізичної підготовки позитивно впливають на розвиток рухових та морально-вольових якостей майбутніх фахівців в умовах навчального закладу (М. Вилєнський, В. Кабачков, Р. Раєвський, Ю. Железняк).

Підготовка майбутніх спеціалістів технічного профілю, незважаючи на наявність визначної кількості наукових та методичних робіт з професійно-прикладної фізичної підготовки, розроблена недостатньо, а дані, що мають протиріччя ускладнюють їх практичну реалізацію.

Висновки. Аналіз науково-методичної літератури дозволив констатувати, що в Україні в багатьох вищих технічних навчальних закладах викладачі звертають увагу на відсутність системного підходу до забезпечення процесу фізичного виховання студентів.

Завдяки нашим спостереженням та дослідженням викладання дисципліни "фізичне виховання" у вищих навчальних технічних закладах буде продуктивним, якщо: направленість спеціально-практичної фізичної підготовки студентів буде спрямована на формування значущих здібностей спеціалістів різного профілю; програмний матеріал буде розроблений на основі системного підходу з використанням специфічних та неспецифічних засобів; формування професійно значущих якостей буде адекватно відображати специфіку майбутньої діяльності випускників; нормативи з фізичної підготовки студентів будуть орієнтовані на нормативні критерії підготовки майбутніх фахівців.

Перспективи подальших досліджень. Аналіз наявного досвіду фізичної підготовки майбутніх фахівців технічного профілю у вищій школі показав, що більшість педагогів намагається скористатись інноваціями в експериментальних програмах формування здоров'язбережувальної компетентності студентів. Однак залишився недостатньо вирішеним комплекс проблем, пов'язаний з розвитком у студентів технічного профілю рухових навичок та підвищенням рівня рухової підготовленості пов'язаних з майбутньою професійною діяльністю.

Список використаних джерел

1. Безпалько В.П. Персонифіцированное образование / В.П.Безпалько // Педагогика. – 1998. – № 2. – С. 12 - 17.
2. Воронєцький В.Б. Особливості реалізації дівчатами фізичної активності під час першого року навчання у вищому навчальному закладі / В.Б. Воронєцький // Вісник Чернігівського національного пед. ун-ту ім. Т.Г.Шевченка. Випуск 147. Серія: Пед. науки. – Чернігів: ЧНПУ, 2017. – № 117. – Т.2 – С. 17 – 21.
3. Гаркуша С.В. Концепція формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання здоров'язбережувальних технологій / С.В. Гаркуша, М.П. Дейкун, В.В. Гаркуша // Вісник Чернігівського національного пед. ун-ту ім. Т.Г.Шевченка. Випуск 147. Серія: Пед. науки. – Чернігів: ЧНПУ, 2017. – № 117. – Т.1 – С. 291 – 299.
4. Гаврилін В.О. Установа на здоровий спосіб життя через підвищення мотивації студенток ВНЗ до занять з дисципліни "Фізичне виховання" / В.О. Гаврилін, С.П. Мердов, Ю.О. Миронов // Вісник Чернігівського національного пед. ун-ту ім. Т.Г.Шевченка. Випуск 147. Серія: Пед. науки. – Чернігів: ЧНПУ, 2017. – № 117. – Т.2 – С. 22 – 25.
5. Концептуальні засади розвитку педагогічної освіти України та її інтеграції в європейський освітній простір [Електронний ресурс]: офіційний веб-сайт Міністерства освіти і науки України. – Режим доступу:
6. www.mon.gov.ua/education/average/topic/rozv/knc.doc
7. Кукса В.О. Професійна підготовка фахівців з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах: автореф. дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / Кукса В.О. - К.. 2002. - 18 с.
8. Куртова Г.Ю. Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність виховання сучасних дітей та молоді / Г.Ю. Куртова, Д.М. Іванов // Вісник Чернігівського державного пед. ун-ту ім. Т.Г.Шевченка. Випуск 55. Серія: Педагогічні науки. – Чернігів: ЧДПУ, 2008. – № 55. Том II – С. 168 – 170.
9. Куртова Г.Ю. Дослідження способу життя та стану здоров'я студентів факультету фізичного виховання / Г.Ю. Куртова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. – 2011. - № 4. – С. 101 – 104.
10. Максимова К.В. Соціокультурні передумови застосування засобів оздоровчого фітнесу в системі вищих навчальних закладів України / К.В.Максимова, К.В. Мулик // Вісник Чернігівського національного пед. ун-ту ім. Т.Г.Шевченка. Випуск 147. Серія: Пед. науки. –

Чернігів: ЧНПУ, 2017. – № 117. – Т.1 – С. 151 – 154.

11. Носко М.О. Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом: дис. ... доктора пед. наук: 13.00.09 / М.О.Носко – Чернігів: ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка, 2003. – 419 с.
12. Платонов В.Н. Актуальные проблемы высшей школы и пути перестройки физкультурного образования / В.Н. Платонов // Теория и практика физической культуры, 1990. N 4. - С.5-10.

Анотація. Куртова Г., Гришко Ю. Проблеми і шляхи підвищення ефективності фізичного виховання студентів під час навчання у вищому технічному навчальному закладі. В роботі проаналізовано наукові дослідження за напрямком сучасної системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів.

Узагальнено основні проблеми фізичного виховання студентів: формування свідомої мотивації, готовність фахівців фізичної культури до використання здоров'язберезувальних технологій і задоволення рухових потреб студентів, особливості формування навичок здорового способу життя.

Ключові слова: фізичне виховання, професійна підготовка, студенти, технічний навчальний заклад.

Abstract. Kurtova G., Grishko J. Problems and ways of improving efficiency of physical education of students at the time of teaching in the higher technical educational paper. The paper analyzes scientific researches in the direction of the modern system of physical education of students of higher educational institutions.

The main problems of physical education of students are generalized: formation of conscious motivation, readiness of specialists of physical culture for the use of healthcare-saving technologies and satisfaction of motor needs of students, especially the formation of healthy lifestyle skills.

The existing system of learning and assessment of students' knowledge needs improvement and further improvement. It does not stimulate their constant independent work on physical perfection. According to the requirements of the present educational process should be built as a single functional system, aimed at forming the professional qualities of the future specialist. The subject "physical culture" included in the system of education of students, established its value for the person and society, as well as educational, educational, recreational and general cultural value. At the same time, it is one of the educational disciplines, which forms students with a competent attitude towards themselves, their bodies, promotes the education of volitional and moral qualities, and the need for health promotion.

Key words: physical education, professional training, students, technical educational institution.