

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ  
БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО  
ПРИРОДНИЧО-ГЕОГРАФІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ  
Кафедра теорії та методики фізичного виховання і спорту

**ДИПЛОМНА РОБОТА**

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему

**СИСТЕМА ОЗДОРОВЧО-СПОРТИВНОЇ РОБОТИ  
В УНІВЕРСИТЕТАХ США**

**(на прикладі університету центрального Арканзасу)**

Виконав: здобувач вищої  
освіти групи М 122-п  
денного відділення  
014 Середня освіта, 014.11 Фізична  
культура, Луценко Іван Валерійович

Керівник: доктор педагогічних наук,  
професор  
Мединський Сергій Володимирович

Рецензент: Олійник М.О.,  
кандидат наук з фізичного  
виховання і спорту,  
старший викладач кафедри  
фізичної реабілітації,  
спортивної медицини,  
фізичного виховання і  
здоров'я  
Запорізького державного  
медико-фармацевтичного університету

Запоріжжя - 2023 року

## СИСТЕМА ОЗДОРОВЧО-СПОРТИВНОЇ РОБОТИ В УНІВЕРСИТЕТАХ США

### АНОТАЦІЯ

В роботі досліджено специфіку процесу фізичного виховання студентської молоді в університетах США; проаналізовано форми та специфіку внутрішньо-університетських змагань в університеті центрального арканзасу, як фактор самовдосконалення молоді засобами фізичного виховання. В університетах США не існує як такої дисципліни «Фізичне виховання», замість цього студенти мають можливість займатися у спортивних секціях або індивідуально. Для таких занять використовується потужна матеріальна база та передбачене значне фінансування, яке складається з щосеместрових внесків студентів, спонсорських коштів, університетського фінансування. Секційні заняття не є стандартними, а визначаються побажаннями та захопленнями студентів. Центр оздоровлення студентів УЦА презентує широкий спектр різних тренувальних і загальних програм для оздоровлення, які розраховані на різний рівень фізичного стану студентів, викладачів та співробітників. Пропонується велика кількість фізкультурно-оздоровчих програм, які забезпечують системний та поступовий розвиток фізичного стану, підвищення спортивної майстерності, розвиток лідерських якостей. Наявні оздоровчі програми: водні види; фітнес; внутрішньо-університетські змагання. Програма «Внутрішньо-університетських змагань» чітко структурована і передбачає індивідуальні, парні та командні види для юнаків та дівчат, а також охоплює як традиційні види спорту, так і нетрадиційні.

**Lutsenko Ivan**

**SYSTEM OF HEALTH AND SPORTS WORK IN USA  
UNIVERSITIES**

**ABSTRACT**

The thesis studies the specifics of physical education of student youth in US universities, analysing the forms and specifics of intra-university competitions at the University of Central Arkansas as a factor in youth self-improvement through physical education. In USA universities, there is no "Physical Education" discipline as such; instead, students have the opportunity to practice in sports sections or individually. For such classes, a powerful material base is used and significant funding is provided, including semesterly student contributions, sponsorship funds, and university funding. Sectional classes are not standard but are determined by the wishes and passions of students. The UCA Student Wellness Center presents a wide range of different training and general wellness programs designed for different levels of physical condition of students, faculty, and staff. A large number of physical culture and health programs are offered, which ensure systematic and gradual development of physical condition, improvement of sports skills, and development of leadership qualities. Available health programs include aquatic species, fitness, and intra-university competitions. The program of "Intra-University Competitions" is structured and includes individual, doubles, and team events for boys and girls, and covers both traditional and non-traditional sports.

## РЕФЕРАТ

Протягом останніх років в Україні склалася тривожна ситуація: різко погіршилися здоров'я і фізична підготовка студентської молоді. Це насамперед пов'язано з кризою в національній системі фізичного виховання населення, основними причинами котрої є: знецінення соціального престижу здоров'я, фізичної культури та спорту; відставання від сучасних вимог усіх ланок підготовки і перепідготовки фізкультурних кадрів; недооцінка у вищих навчальних закладах соціальної, оздоровчої та виховної ролі фізичної культури і спорту; залишковий принцип її фінансування [11, 35, 59]. Система фізичного виховання студентів спрямована нині лише на вирішення проблем сьогодення – складання контрольних та залікових нормативів, що не сприяє виробленню в них прагнення до самостійного вдосконалення, націлює на виховання слухняного виконавця, орієнтованого на дотримання вимог програми з фізичного виховання. За таких умов фізична культура не спрямована на формування всебічно розвиненої, гармонійної особистості. Для цього необхідно змінити цільові установки сфери фізичної культури з концепції тестування рівня фізичного розвитку та фізичного стану на формування фізичної культури особистості в межах загальної культури. Більшість студентів свідомо ставиться до занять фізкультурою і може досить виразно вказати на їхні недоліки. Незадоволення організацією процесу фізичного виховання у навчальному закладі призводить як до нерегулярного відвідування занять фізкультури, так і до зниження мотивації до спортивних занять у позанавчальний час.

Невідповідність стану здоров'я, рівня фізичної підготовленості студентів вимогам життєдіяльності, навчального навантаження, професійної діяльності детермінує процеси модернізації системи фізичного виховання у ЗВО. В пошуках вирішення проблеми удосконалення системи фізичного виховання студентів, особливої вагомості набуває вивчення світового досвіду в системі вищої освіти стосовно зміцнення здоров'я,

формування спеціальних знань, умінь, рухових навичок, розвитку фізичних здібностей студентів, підготовки до навчально-професійної діяльності. Такий аналіз дозволить узагальнити світовий досвід у вирішенні проблем індивідуалізації та оптимізації навчального процесу з фізичного виховання, підготовки студентів до професійної діяльності.

Вивчаючи досвід університетів США, де розроблені та впроваджені в навчальний процес обов'язкові програми з фізичного виховання, проте враховано вибір студентів щодо видів занять, викладачів, зручного часу, можна оптимізувати процес фізичного виховання студентів українських ЗВО з метою поширення ідеї здорового способу життя.

Отже, необхідність радикальної перебудови системи фізичного виховання студентської молоді, визначає актуальність нашого дослідження.

**Мета дослідження** – проаналізувати сучасний стан системи оздоровчо-спортивної діяльності студентів університетів США з метою подальшого впровадження позитивного досвіду у навчальний процес з фізичного виховання студентів ВНЗ України.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити специфіку процесу фізичного виховання студентської молоді у США.
2. Дати характеристику діяльності Центру оздоровлення студентів.
3. Вивчити та узагальнити досвід організації і проведення внутрішньо університетських змагань в університеті центрального Арканзасу.

**Об'єкт дослідження** – навчально-виховний процес у системі вищої освіти США.

**Предмет дослідження** – система організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів у США.

**Методи дослідження:** аналіз літературних джерел, нормативних документів, електронних ресурсів університетів як України, так і США; використання комп'ютерної мережі «Internet».

**Апробація результатів дослідження.** Часткові результати наукової роботи стали предметом доповіді на Міжнародній науково-практичній конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених «Євроінтеграційні орієнтири інноваційного наукового пошуку молоді України», присвяченій 100-річчю Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького 23–24 червня 2023 р.

**Структура роботи.** титульний лист, анотація, реферат, зміст, вступ, три розділи, висновки, 3 таблиці, 87 використаних джерел (17 з яких – англійською мовою), загальний обсяг роботи складає 69 сторінок, списку використаної літератури та додатків.

У першому розділі «Фізична культура як складова системи підготовки студентів» досліджується фізична культура як соціальне явище функціонує протягом всієї історії людського суспільства. Стверджується, що у процесі навчання у молоді слід постійно виробляти навички здорового способу життя. Необхідно пам'ятати, що систематичні заняття фізичною культурою і спортом зберігають молодість, здоров'я, довголіття, якого супроводжує творчий трудове піднесення. Дотримання гігієнічних норм, створення в студентських колективах гарного психологічного клімату, стимулювання масової занять фізичною культурою, правильна організація робочого часу – необхідні умови здорового способу життя. Вирішуючи специфічні завдання, фізичне виховання студентства відіграє в той же час суттєву роль в моральному, вольовому та естетичному розвитку, вносить значний внесок у підготовку всебічно розвинених фахівців.

Підвищення ролі спрямованого використання засобів фізичної культури в період навчання у вузі фахівців обумовлено, зокрема, тим, що робочий режим студента характеризується малорухомістю, одноманітністю робочої пози. Фізичні вправи в цих умовах – основний чинник протидії негативним наслідкам гіподинамії, а також розумової і нервово-емоційного навантаження. Витрати часу на заняття фізичними вправами при цьому

компенсуються завдяки підвищенню загальної працездатності, в тому числі і розумової.

У другому розділі «Методи та організація дослідження», описано методи наукового пошуку: аналізу й узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури. Відмітимо, що літературні джерела аналізувалися за такими напрямками: фізична культура у системі загальної культури особистості, роль, мета і завдання фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів, система фізичного виховання студентської молоді у США, основні принципи та форми організації фізичного виховання студентів у США.

Організація дослідження здійснювалася відповідно до спеціально розробленого графіку роботи, основні частини якого визначити як 4 етапи дослідження: визначення стратегії дослідження; робота над літературними першоджерелами та опрацювання електронних сайтів з тематики дослідження; аналіз та узагальнення результатів вивчення літературних першоджерел та навчальних планів; формування підсумків та результатів дослідження, оформлення магістерської роботи.

У третьому розділі «Структура та принципи надання фізкультурно-оздоровчих послуг у вищих навчальних закладах США» проведено характеристику змісту роботи університетських спортивно-оздоровчих структур. Проведено аналіз матеріальної бази університету центрального Арканзасу, проаналізовано спектр різних тренувальних і загальних програм для оздоровлення, які розраховані на різний рівень фізичного стану студентів, викладачів та співробітників. Досліджено, що програма «Внутрішньо-університетських змагань» в університеті центрального Арканзасу є важливою складовою оздоровлення, згуртування студентів, розвитку в них духу спільноти університету та засобом отримання насолоди та задоволення від занять улюбленим видом спорту. Програма «Внутрішньо-університетських змагань» чітко структурована і передбачає

індивідуальні, парні та командні види для юнаків та дівчат, а також охоплює як традиційні види спорту, так і нетрадиційні. Команди-переможці змагань у групах – братства, сестринства та команди гуртожитків – отримують у нагороду чемпіонські футболки та перехідні кубки.

Переможці в незалежних групах мають нагоду помістити свої імена на «стіну слави» університету.

## **ВИСНОВКИ**

1. В університетах США застосовуються та впроваджуються програми з фізичного виховання, які враховують кліматичні та географічні умови регіонів. У ЗВО проводяться дослідження з визначення стану здоров'я студентів, працюють програми для студентів з різним рівнем фізичної підготовленості, впроваджено тестування з прикладних навичок. Розклад занять з фізичної культури розміщується в комп'ютерній мережі, забезпечуючи швидкий доступ до отримання інформації. Використання широкого вибору засобів фізичної культури та спорту сприяє зміцненню здоров'я студентів.

В університетах США не існує як такої дисципліни «Фізичне виховання», замість цього студенти мають можливість займатися у спортивних секціях або індивідуально. Для таких занять використовується потужна матеріальна база та передбачене потужне фінансування, яке складається з щосеместрових внесків студентів, спонсорських коштів, університетського фінансування та досягає в університеті центрального арканзасу 175,000 \$ на рік. Секційні заняття не є стандартними, а визначаються побажаннями та захопленнями студентів.

В університетах США є можливість доступу студентам, співробітникам та викладачам до учасникам до використання сучасних та досконалих спортивних споруд та обладнання; заохочуються студенти, співробітники та викладачі до системних занять та можливості для спортивного вдосконалення та здобуття вищих спортивних досягнень



через якісні спортивні програми.

2. Традиційно центр оздоровлення студентів університету центрального арканзасу презентує широкий спектр різних тренувальних і загальних програм для оздоровлення, які розраховані на різний рівень фізичного стану студентів, викладачів та співробітників. Пропонується велика кількість фізкультурно-оздоровчих програм, які забезпечують системний та поступовий розвиток фізичного стану, підвищення спортивної майстерності, розвиток лідерських якостей.

Наявні оздоровчі програми:

- 1) водні види;
- 2) фітнес;
- 3) внутрішньо-університетські змагання.

3. Програма «Внутрішньо -університетських змагань» в університеті центрального Арканзасу є важливою складовою оздоровлення, згуртування студентів, розвитку в них духу спільноти університету та засобом отримання насолоди та задоволення від занять улюбленим видом спорту.

Програма «Внутрішньо-університетських змагань» чітко структурована і передбачає індивідуальні, парні та командні види для юнаків та дівчат, а також охоплює як традиційні види спорту, так і нетрадиційні. Команди-переможці змагань у групах – братства, сестринства та команди гуртожитків – отримують у нагороду чемпіонські футболки та перехідні кубки. Переможці в незалежних групах мають нагоду помістити свої імена на «стіну слави» університету.

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ</b>		3
<b>Вступ</b> .....		4
<b>Розділ 1.</b>	<b>Фізична культура як складова системи підготовки студентів</b> .....	7
	1.1. Фізична культура як частина загальної культури особистості .....	7
	1.2. Фізкультурно-спортивні програми у США.....	13
	1.3. Міжуніверситетські змагання у США як фактор самовдосконалення молоді засобами спорту	23
	1.4. Освітня спрямованість фізичного виховання студентів в умовах дозвілля .....	36
<b>Розділ 2.</b>	<b>Методи та організація дослідження</b> .....	43
<b>Розділ 3.</b>	<b>Структура та принципи надання фізкультурно-оздоровчих послуг у вищих навчальних закладах США</b> .....	44
	3.1. Характеристика і зміст роботи університетських спортивно-оздоровчих структур.....	44
	3.2 Програма "Внутрішньо-університетських змагань" університету центрального Арканзасу .....	52
	3.3. Нормативні положення правил безпеки під час здійснення навчально-тренувального процесу і проведення спортивних змагань.	56
<b>Висновки</b> .....		60
<b>Список використаної літератури</b> .....		62



Ім'я користувача:  
Олександр Непша

ID перевірки:  
1015958004

Дата перевірки:  
01.12.2023 10:37:06 EET

Тип перевірки:  
Doc vs Internet + Library

Дата звіту:  
01.12.2023 12:18:58 EET

ID користувача:  
100012881

Назва документа: Луценко Іван\_диплом\_фізра\_ДФН

Кількість сторінок: 55 Кількість слів: 12681 Кількість символів: 96821 Розмір файлу: 375.50 KB ID файлу: 1015634935

## 20.3% Схожість

Найбільша схожість: 6.44% з Інтернет-джерелом (<https://ukrreferat.com/chapters/fizkultura/metannya-molotu-kursov...>)

19.1% Джерела з Інтернету

565

Сторінка 57

1.74% Джерела з Бібліотеки

2

Сторінка 58

## 0.09% Цитат

Цитати

3

Сторінка 59

Вилучення списку бібліографічних посилань вимкнене

## 0% Вилучень

Немає вилучених джерел

## Модифікації

Виявлено модифікації тексту. Детальна інформація доступна в онлайн-звіті.

Замінені символи

9