

УДК 37.013.2

Иваненко Володимир Віталійович, Купрєєнко Максим Володимирович
Мелітопольський державний педагогічний університет
ім. Б. Хмельницького
(Мелітополь, Україна)

СПОРТИВНО-ОРИЄТОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Анотація. *Випускники закладів вищої освіти – інтелектуальний потенціал і провідна сила суспільства. Разом з тим аналіз науково-методичної літератури показав, що велика частина молоді байдуже ставиться до свого здоров'я, фізичної культури, спорту. Ще в кінці 80-х років минулого століття експертам в галузі фізичної культури і спорту, стало ясно, що традиційна система фізичного виховання в освітніх установах різного типу потребує реформування, оскільки неефективно вирішує завдання фізичної підготовки молоді. На перший план сьогодні виходить проблема не тільки нового змісту освітнього процесу, а й нових форм, методів роботи з молоддю. В першу чергу мова йде про те, щоб зацікавити молоді, залучити її до регулярних занять фізкультурно-спортивною діяльністю, звернути їх увагу на формування позитивного ставлення до свого здоров'я.*

Ключові слова: *вищий навчальний заклад, студент, фізичне виховання, спортивно-орієнтоване фізичне виховання, здоров'я, спортивно-орієнтовані технології.*

Иваненко Владимир Витальевич, Купреенко Максим Владимирович
Мелитопольский государственный педагогический университет
им. Б. Хмельницкого
(Мелитополь, Украина)

СПОРТИВНО-ОРИЕНТИРОВАННОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Аннотация. *Випускники высших учебных заведений – интеллектуальный потенциал и ведущая сила общества. Вместе с тем анализ научно-методической литературы показал, что большая часть молодежи безразлично относится к своему здоровью, физической культуре и спорту. Еще в конце 80-х годов прошлого века экспертам в области физической культуры и спорта, стало ясно, что традиционная система физического воспитания в образовательных учреждениях разного типа требует реформирования, поскольку неэффективно решает задачи физической подготовки молодежи. На первый план сегодня выходит проблема не только новый смысл образовательного процесса, но и новых форм, методов работы с молодежью. В первую очередь речь идет о том, чтобы заинтересовать молодежь, привлечь ее к регулярным занятиям физкультурно-спортивной деятельностью, обратить их внимание на формирование позитивного отношения к своему здоровью.*

Ключевые слова: *высшее учебное заведение, студент, физическое воспитание, спортивно-ориентированное физическое воспитание, здоровье, спортивно-ориентированные технологии.*

*Ivanenko Volodymyr V., Kupreeenko Maxim V.
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University
(Melitopol, Ukraine)*

SPORTS-ORIENTED PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATION STAFF

Abstract. *Graduates of higher education institutions are the intellectual potential and the leading force of society. However, the analysis of scientific and methodological literature showed that most of the young people are indifferent to their health, physical culture, sports. Back in the late 1980s, experts in the field of physical culture and sports, it became clear that the traditional system of physical education in educational institutions of various types needs to be reformed, since inefficiently solves the problem of physical training of young people. At the forefront today is the problem not only of the new content of the educational process, but also new forms, methods of working with youth. First of all, it is about to attract young people, attract them to regular physical culture and sports activities, and draw their attention to the formation of a positive attitude towards their health.*

Key words: *higher educational establishment, student, physical education, sports-oriented physical education, health, sports-oriented technologies.*

Фізичне виховання – це спеціалізований педагогічний процес, включений в систему освіти, спрямований на формування культури особистості в результаті цілеспрямованого систематичного впливу на людину фізичними вправами, природними силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних можливостей, формування і розвитку основних життєво важливих рухових навичок, забезпечення готовності молодих людей до активної участі в громадському, виробничому та культурному житті [1, 2, 3]. Це вид виховання, специфічним змістом якого є навчання рухам, виховання фізичних якостей, оволодіння спеціальними фізкультурними знаннями, вміннями і навичками, формування усвідомленої потреби до регулярних занять [4, 5, 6, 7].

Заняття спортом або близькими до нього за природою видами фізичної активності є незамінним способом організації природного процесу підтримки гомеостазу – життєво необхідна умова формування, зміцнення і збереження фізичного, духовного і морального здоров'я людини. В. К. Бальсевич і Л. І. Лубишева [8, с. 54-57] науково обґрунтували необхідність інтеграції систем фізичного виховання, які в свою чергу стали причиною створення концепції спортивно-орієнтованого фізичного виховання.

Спортивно-орієнтоване фізичне виховання – це фізичне виховання з використанням засобів і методів спортивної підготовки за механізмом конверсії прийнятних елементів спортивної культури.

Теоретичний фундамент спортивно-орієнтованого фізичного виховання, на думку В. К. Бальсевич [8, с. 54-57], формулює такі організаційно-методичні принципи і положення:

1) принцип конверсії. В основі побудови будь-якої моделі спортивного фізичного виховання лежить використання відпрацьованих в теорії і практиці спортивної підготовки засобів управління процесом цілеспрямованої зміни стану і робочих можливостей морфофункціональних систем, тих хто навчаються за допомогою використання креативних можливостей феномену тренування;

2) принцип гармонійності розвитку особистості того, хто навчається;

3) принцип активного формування здоров'я;

4) принцип накопичення потенціалу соціальної активності і толерантності;

5) принцип свободи вибору.

На думку В. В. Тимошенко та Я. В. Бобильової [9, с. 531-533], сьогодні важливою проблемою є оптимізація рухової активності студентського контингенту з використанням різних форм організації навчального процесу фізичного виховання.

Використання традиційних підходів до організації занять з фізичного виховання в теперішній час не має належного впливу на студентів, на їх прагнення до занять спортом, до постійного самовдосконалення і фізичної активності. Орієнтація фізичного виховання на засвоєння жорстко регламентованого матеріалу унеможливорює сприйняття студента як особистості і не сприяє розвитку його індивідуальності [10, с. 226-229].

Деякі автори, В.Є. Білогур [3], Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов [11], С.М. Канішевський [12, с. 42-47], Е. О. Косинський [13, с. 46-50], відзначають, що традиційна система фізичного виховання недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я, професійно важливих психофізіологічних якостей значної кількості студентів. Для того, щоб домогтися результатів у поліпшенні фізичної підготовленості, підвищення рівня розвитку психофізичних якостей студентської молоді, необхідні принципово нові підходи, методи і технології, які повинні відповідати індивідуальним особливостям, сприяти максимально ефективній реалізації їх інтересів, схильностей і здібностей.

Оптимізація процесу фізичного виховання, створена на базі нових технологій, включає в себе наступні структурні складові: цілі навчання і діагностично задані плановані результати навчання, зміст навчання, засоби діагностики та контролю стану результатів навчання, методи навчання, організація навчального процесу, засоби навчання; результат діяльності – досягається рівень загальноосвітньої та професійної підготовки [3, 14, с. 263-265].

Оптимізація фізичного виховання не представляє собою якийсь особливий метод або прийом. Це цілеспрямований підхід до побудови педагогічного процесу на основі закономірностей і принципів теорії і методики фізичного виховання, свідомий науково-обґрунтований (а не стихійний, не випадковий) вибір найкращого для конкретних умов, ситуацій варіантів побудови занять і навчального процесу в цілому. Отже, з метою підвищення

ефективності занять з фізичного виховання в програми включають не тільки перевірені практикою, а і нові організаційні методи [2, с. 50-54; 3].

В останні роки все ширше у фізичне виховання студентської молоді впроваджуються спортивно-орієнтовані технології, що сприяє підвищенню інтересу студентів до фізичної культури в освітньому просторі закладів вищої освіти. Результатом впровадження спортивно-орієнтованих технологій в процес фізичного виховання є поетапне підвищення рівня знань студентів з фізичної культури, за певним видом спорту, підвищення рівня рухової активності як в навчальний, так і в позаурочний час [8, 9, 15].

Для ефективності фізичного виховання доцільно застосовувати спортивно-орієнтований напрям на основі видів спорту, що реалізуються через навчальну програму, що передбачає єднання сукупних принципів відповідності програмного матеріалу базовим, фундаментальним основам науки про фізичну культуру, структурної єдності змісту програми зі спортивно-орієнтованого фізичного виховання з урахуванням особистісного розвитку і становлення студента [8, с. 54-57].

Як відзначають науковці [16, с. 402-410; 17, с. 368-369] наявність значної кількості різноманітних форм організації фізкультурно-спортивної роботи у вищому навчальному закладі включає у себе залучення для реалізації секційної роботи більшості видів спорту. Серед них різні за своїм впливом на організм спортивні ігри, ритмічна та атлетична гімнастика, легка атлетика [17, 18, с. 100-104].

Регуляція фізичних навантажень на навчально-тренувальних заняттях з виду спорту грає важливу роль в формуванні всебічно розвиненої і підготовленої особистості за умови збереження інтересу до занять. При плануванні занять необхідно враховувати здоров'язберігальні технології фізичного виховання і спортивного тренування, особливо у виборі і реалізації таких обсягів, інтенсивних і тренувальних дій, які є адекватними оперативному і поточному стану студентів [19, с. 433-435].

Одним з практичних шляхів вирішення проблеми фізичного виховання студентів є реалізація та впровадження спортивно-орієнтованого фізичного виховання у закладах вищої освіти. Ця проблема потребує розробки алгоритму та критеріїв оцінювання успішності студентів, побудови програмного матеріалу, оптимізації процесу навчання студентів руховим умінням і навичкам з різних видів спорту, що може бути здійснено за допомогою застосування сучасних інформаційних технологій [2, 8, 9, 15, 20].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Непша О.В. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентської молоді до занять фізичною культурою / О.В. Непша, Г.П. Суханова // Фізичне та спортивне виховання у вищих навчальних закладах. Тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції, Запоріжжя, 13-15 жовтня 2017 року. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2017. – С.30-33.
2. Завидівська Н. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів / Н. Завидівська, І. Ополонець // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві: зб. наук. праць/ за ред. А.В.Цюць. – Луцьк, 2010. – №2. – С. 50-54.

3. Білогур В. Є. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих закладах освіти: Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання: 24.00.02 /; Рівнен. держ. гуманіт. ун-т. – Рівне, 2002. – 18 с.
4. Непша О.В. Значення фізичної культури для студентів, що займаються у спеціальних медичних групах /О.В. Непша, Г.П. Суханова // Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (20-21 квітня 2017 року): збірник тез. –Бердянськ:БДПУ, 2017. – С. 307-309.
5. Непша О.В. Фізична культура як середовище виховання школярів / О.В. Непша, В.С. Ушаков// Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (20-21 квітня 2017 року): збірник тез. – Бердянськ:БДПУ, 2017. – С. 309-310.
6. Суханова Г.П. Моніторинг здоров'я студентів вищих навчальних закладів, віднесених до спеціальних медичних груп /Г.П. Суханова, О.В. Непша // Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту: збірник наукових праць. – Харків: ХДАФК, 2017. –С. 284-288.
7. Непша О.В. Формування навичок здорового способу життя учнів молодших класів засобами фізичної культури /О.В. Непша, Г.П. Суханова, В.С. Ушаков // Актуальні проблеми молоді в сучасних соціально-економічних умовах: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 23 березня 2018 року. – Житомир: ПП «ДжівіЕс», 2018. – С. 90-92.
8. Бальсевич В. К. Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Теория и практика физ. культуры. – 2007. – № 4. – С. 54-57.
9. Тимошенко В. В. Оптимизация процесса физического воспитания в высшем учебном заведении (ВУЗ) с использованием спортивно-ориентированных технологий / В. В. Тимошенко, Я. В. Бобылева // Молодой ученый. – 2013. – № 12. – С. 531-533.
10. Непша О.В. Вікові особливості студентів спеціальностей вищих навчальних закладів на заняттях фізичною культурою / О.В. Непша, М.В. Купрєнко, В.С. Ушаков // Історико-географічний дискурс проблем геосфери: матер. Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. 16 травня 2016 р.: зб. наук. праць/за ред. Л.М. Даценко. – Мелітополь: МДПУ ім. Б. Хмельницького. – С. 226-229.
11. Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – К.: НУФВіСУ, 2005. – 195 с.
12. Канішевський С. М. Методологія, планування процесу фізичного виховання та оцінка функціонального стану студентів (КНУБА) в умовах кредитно-модульної організації навчання / С. М. Канішевський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 22. – С. 42-47.
13. Косинский Э. А. Физкультурно-спортивные интересы студентов в процессе занятий физическим воспитанием/Э. А. Косинский, В. Н. Ходинов, А.П. Хриплук, А.С. Крот//Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2013. – № 8. – С. 46-50.
14. Ковальчук О.В. Основні чинники, які визначають зміст професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів /

- О.В. Ковальчук, О.В. Непша, Г.П. Суханова, В.С. Ушаков // *Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення і підходи: збірник матеріалів I-ї Міжнародної науково-практичної конференції*. – Баку-Ужгород - Дрогобич: Посвіт, 2016. – С. 263-265.
15. Пастушкова Н.А. Розвиток фізичної культури студентів в умовах оптимізації процесу фізичного виховання на основі використання спортивно-орієнтованих технологій [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.pravoznavec.com.ua/period/article/38414/H>.
16. Язловецька О. Фізкультурно-спортивна діяльність студентів в умовах вищого навчального закладу /О. Язловецька // *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія: педагогічні науки*. – 2012. – № 103. – С. 402-410.
17. Купреєнко М.В. Самоконтроль студентів під час занять фізичною культурою і спортом на секційних заняттях / М.В. Купреєнко, О.В. Непша // *Матеріали XXVII Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку»*: Зб. наук. праць. – Переяслав-Хмельницький, 2016. – Вип. 27. – С.368-369.
18. Непша О.В. Атлетична гімнастика як засіб розвитку силової підготовки студентів-юнаків вищих навчальних закладів /О.В. Непша, Г.П. Суханова, В.С. Ушаков // *Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту: збірник наукових праць*. – Харків: ХДАФК, 2018. – С.100-104.
19. Купреєнко М.В. Використання фізкультурно-оздоровчих технологій в оптимізації рухової активності студентської молоді /М.В. Купреєнко, О.В. Непша// *Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення і підходи: збірник матеріалів II-ої Міжнародної науково-практичної конференції*. – Баку-Ужгород-Дрогобич: Пóсвіт, 2017. – С. 433-435.
20. Карабанов Є.О. Інформаційні технології в системі «фізична культура-спорт» / Є.О. Карабанов, О.В. Непша, Г.П. Суханова, В.С. Ушаков // *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту: збірник наукових праць*. – Харків: ХДАФК, 2018. – Вип. 2. – С. 49-53.