

Особливості організації та змісту фізичного виховання студентів вищих педагогічних навчальних закладів

Колумбет О.М.

Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка

Анотація:

Мета роботи – аналіз даних сучасної наукової літератури з організації та змісту фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів. Наведено аналіз 273 публікацій вітчизняних та зарубіжних вчених та дослідників. Приведена оцінка положень концепції розвитку фізичних якостей студентів, координації і координаційних здібностей на заняттях з фізичного виховання. Розглянуто дані сучасної наукової літератури з розвитку та вдосконалення рухових якостей та координаційних здібностей сучасної молоді. Показано проблеми рівня здоров'я сучасної молоді людини. Доказано, що професійні здібності сучасного вчителя напряму пов'язані із гарною фізичною підготовленістю. Визначено подальші шляхи розвитку рухових здібностей молоді. Отримані дані дозволяють констатувати, що у даний час накопичено достатньо матеріалу, який дозволяє переступити традиційні аспекти педагогічного процесу освоєння людиною рухових умінь і навичок. Показані нетрадиційні шляхи до процесу фізичного виховання студентів педагогічних вищих навчальних закладів.

Колумбет А.Н. Особенности организации и содержания физического воспитания студентов высших педагогических учебных заведений. Цель работы – анализ данных современной научной литературы по организации и содержания физического воспитания студентов высших учебных заведений. Приведен анализ 273 публикаций отечественных и зарубежных ученых и исследователей. Приведена оценка положений концепции развития физических качеств студентов, координации и координационных способностей на занятиях по физическому воспитанию. Рассмотрены данные современной научной литературы по развитию и совершенствованию двигательных качеств и координационных способностей современной молодежи. Показаны проблемы уровня здоровья современного молодого человека. Доказано, что профессиональные способности современного учителя напрямую связаны с хорошей физической подготовленностью. Определены дальнейшие пути развития двигательных способностей молодежи. Полученные данные позволяют констатировать, что в данное время накоплено достаточно материала, который позволяет переступить через традиционные аспекты педагогического процесса освоения человеком двигательных умений и навыков. Показаны нетрадиционные пути к процессу физического воспитания студентов педагогических высших учебных заведений.

Kolumbet A.N. Features of organization and maintenance of physical education of students of higher pedagogical educational establishments. A purpose of work is an analysis of data of modern scientific literature for organizations and maintenances of physical education of students of higher educational establishments. An analysis over of 273 publications of domestic and foreign scientists and researchers is brought. Estimation over of positions of conception of development of students' physical internals, co-ordination and co-ordinating capabilities are brought on employments on physical education. Data of modern scientific literature are considered on development and perfection of motive internals and co-ordinating capabilities of modern youth. The problems of health of modern young man level are shown. It is well-proven that the professional capabilities of modern teacher are straight related to good physical preparedness. The further ways of development of motive capabilities of young people are certain. Finding allows establishing that is now accumulated there is enough material which allows stepping over through the traditional aspects of pedagogical process of mastering the man of motive abilities and skills. Untraditional ways are shown to the process of physical education of students of pedagogical higher educational establishments.

Ключові слова:

студенти, вчителі, спеціалізоване, фізичне виховання, професійна, прикладна, підготовка.

студенты, учителя, специализированное, физическое воспитание, профессиональная, прикладная, подготовка.

students, teachers, specialized, physical education, professionally, applied, preparation.

Вступ.

Проблема вдосконалення процесу фізичного виховання студентів вже багато років є предметом уваги фахівців [2, 4, 15, 20]. Вищі навчальні заклади комплектуються переважно з хлопців та дівчат, які тільки що закінчили середню школу. Досвід показує, що рівень фізичної підготовки основної маси абітурієнтів залишається низьким, спостерігається тенденція до деякого зниження рівня різнобічної фізичної підготовки [3, 6, 11]. Аналіз літературних джерел свідчить про погіршення фізичного розвитку молодого покоління [6, 8, 16], прогрес дефіциту рухової активності [7, 16, 22], що веде до погіршення здоров'я студентської молоді [14, 20].

Завдання підвищення ефективності фізичного виховання підростаючого покоління являлося і є найбільш значущою упродовж останніх десятиліть. У теорії і на практиці активно розроблялися питання диференціації, індивідуалізації і профілізації навчання, інтеграції змісту освіти, впроваджувалася ідея гуманізації [7]. Модернізація освітньої системи в нашій країні торкнулася і фізичного виховання студентів ВНЗ.

На думку фахівців, необхідно відмовитися від жорсткої нормативності, обов'язковості і авторитарності, підстроювання під заданий із зовні стандарт [2], сформувати зацікавлене відношення студента до предмета, пробудити інтерес до можливості будівництва здорового тіла, формування власного здоров'я. Упродовж десятиліть спостерігався розрив зв'язків фізичної культури із загальною культурою людини, з її духовним початком. При формуванні фізичної культури у студентів акцент зміщувався на її руховий компонент у збиток інтелектуальному і соціально-психологічному [14].

Тема роботи відповідає напрямку наукової програми факультету фізичного виховання Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка, яка входить до загально університетської теми "Дидактичні основи формування рухової функції осіб, які займаються фізичним вихованням та спортом" (№ державної реєстрації 0108U000854 від 19 лютого 2008 року). Робота виконана згідно з напрямком держбюджетної теми "Методичні засади професійної підготовки майбутніх вчителів фізичного виховання до формування здорового способу життя сучасної молоді" (№ державної реєстрації 0110U000020 від 29 січня 2010 р.).

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета роботи – аналіз даних сучасної наукової літератури з організації та змісту фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів.

Результати дослідження.

Вперше стратегія культурологічного виховання була визначена В.К.Бальсевичем, М.Я.Віленським, А.П.Матвеевим. У 1992 році Л.І.Лубишевою було сформульоване поняття фізичного виховання як специфічного процесу формування фізичної культури особи.

Л.І.Лубишева [15] розробила і дала наукове обґрунтування концепції фізкультурного виховання студентів. Суть цієї концепції полягає у наступних положеннях. Метою фізкультурного виховання у ВНЗ є формування фізичної культури студента як системної та інтеграційної якості особи, невід'ємного компонента загальної культури майбутнього фахівця. Зміст фізкультурного виховання є органічною єдністю трьох компонентів: світоглядного, інтелектуального й тілесного. Згідно з цим концептуальним положенням, формування фізичної культури студента повинно включати наступні основні напрями: виховання його тілесної культури, інтелектуальне і соціально-психологічне виховання.

Фізична культура в основах законодавства України про фізичну культуру і спорт представлена у вищих навчальних закладах як навчальна дисципліна і найважливіший компонент цілісного розвитку особистості. Свої освітні і розвиваючі функції фізична культура якнайповніше здійснює в цілеспрямованому педагогічному процесі фізичного виховання [22].

На основі державних стандартів вищої професійної освіти ВНЗ самостійно, з урахуванням змісту базової навчальної програми з фізичного виховання, місцевих умов та інтересів студентів, визначають форми занять фізичним вихованням.

Метою фізичного виховання студентів повинно стати формування фізичної культури особи. В умовах свободи вибору студентом діяльності і самостійної стратегії загальнокультурної підготовки матеріал Програми включає два взаємозв'язані змістовні компоненти: обов'язковий, або базовий, такий, що забезпечує формування основ фізичної культури особи, і варіативний, такий, що спирається на базовий, доповнюючий його і який враховує індивідуальність кожного студента, його мотиви, інтереси, потреби. На цій основі забезпечується формування різноманітних за спрямованістю і змістом елективних і факультативних курсів, у тому числі авторських, інтеграційних та інших.

Одним з головних завдань фізичного виховання ВНЗ є прищеплення навичок до основ самостійної рухової діяльності.

Практичні заняття є основою фізичної освіти ВНЗ. Для більшості студентів заняття з фізичного виховання є основною і часто єдиною формою фізичної культури. А професійна діяльність викладача фізичного виховання – останньою можливістю впливати на неадекватний фізичний розвиток, низький рівень фізичної підготов-

леності та рухово-координаційних якостей студентів у рамках державної системи освіти [15].

Специфічною особливістю педагогічних ВНЗ є переважна кількість жіночого контингенту. Тому пошук нових засобів і методів занять фізичною культурою, які б сприяли підвищенню рівня фізичної підготовленості та здоров'я студенток, є актуальним завданням.

Процес навчання студенток за усіма розділами програми з фізичного виховання передбачає різнобічну фізичну підготовленість, оптимальний рівень комплексного розвитку рухових здібностей. Успішне рішення цих завдань може бути здійснене тільки при ретельному обліку типологічних особливостей студентів, початкового рівня фізичної підготовленості (витривалості, сили, швидкості, гнучкості), технічної підготовленості, їх взаємозв'язків [2]. Для дівчат та хлопців викладачі повинні застосовувати різні методики викладання навчально-тренувального процесу з фізичного виховання.

У дослідженнях професора В.С.Фарфеля [19] відзначається, що внаслідок значного зниження рухової активності у дівчат студентського віку згасають деякі міри функції рухового аналізатора. За даними численних досліджень, в цьому віці відбувається значне наростання ваги тіла, головним чином за рахунок недіяльної жирової тканини. Збільшення ваги тіла і порівняно мала рухова активність дівчат студентського віку призводять до зменшення їх загальної підготовленості [11].

На відміну від чоловічого жіночий організм має менш міцну будову кісток, менший загальний розвиток мускулатури тіла, ширший тазовий пояс і потужнішу мускулатуру тазового дна. Різниця у будові повинна відбиватися на спрямованості фізичних дій.

С.А.Ягунова, Л.М.Старцева [23] відмічають, що жінки мають виняткову гнучкість при виконанні різних рухів. Це пояснюється рядом особливостей жіночого організму: великою гнучкістю хребта в усіх відділах внаслідок ширших, ніж у чоловіків, міжсуглобових щілин і кращої розтяжності та еластичності сполучної тканини, хрящів і суглобів; великим кутом нахилу тазу і його великою рухливістю; шириною амплітуди руху у тазостегновому суглобі, що залежить як від постановки голівки стегна, так і від значної розтяжності зв'язкового апарату і тазового дна; рухливістю лонного зчленування, що тривало зберігається, із-за наявності у жінок податливого хрящового прошарку в цій області.

Ряд характерних для організму жінки особливостей є і в діяльності серцево-судинної, дихальної, нервової та інших систем. Усе це виражається тривалішим періодом відновлення організму після фізичного навантаження, а також швидшою втратою стану тренуваності при припиненні тренувань.

Функціональні можливості апарату кровообігу і дихання у дівчат і жінок значно нижчі, ніж у хлопців і чоловіків, тому навантаження на витривалість для дівчат і жінок мають бути меншими за об'ємом та підвищуватися на тривалішому відрізку часу.

В.І.Ільнич [22] рекомендує на заняттях із студентками розминку проводити ретельніше і триваліше, при виконанні вправ на силу і швидкість “більше поступово збільшувати тренувальне навантаження, плавніше доводити його до оптимальних меж”, ніж при роботі із студентами-хлопцями. Для здоров’я жінки велике значення має розвиток м’язів черевного пресу, спини і тазового дна.

На думку В.М.Міхалені [20], заняття із студентками повинні будуватися таким чином: підготовча частина включає загальнорозвиваючі специфічні елементи – виконання вправ, необхідних для дітородової функції жінки, розвиток пластики і граціозності; основна частина складається з вправ, які є загальними для усієї групи, і самостійного виконання індивідуальних завдань протягом 15-20 хвилин з урахуванням як індивідуального протікання оваріально-менструального циклу, так і загальних закономірностей організму і рухових можливостей студенток по фазах оваріального циклу.

Численні дослідження, проведені в різних районах України, підтверджують, що більшість дівчат, які вступають до ВНЗ, мають низький рівень здоров’я і фізичної підготовленості, а також слабо розвинений інтерес до фізкультурної і спортивної діяльності [1, 3, 6, 8, 16]. Це, природно, чинить вплив на відношення студенток до предмета “Фізичне виховання”. За результатами медичних оглядів у Київському університеті імені Бориса Грінченка та у Чернігівському національному педагогічному університеті імені Т.Г.Шевченка (2005-2008 р.р.) 46% студентів мають різні викривлення хребта і порушення в осанці, причому 80% з них складають дівчата.

Багато хвороб дорослих закладаються ще в утробі матері, значить, здоров’я нації багато в чому залежить від стану здоров’я нинішніх дівчаток і дівчат. Ще у 1891 р. на сторінках журналу “Вісник виховання” доктор Clement Dukes звертав увагу на те, що “батьки і учителі повинні перейнятися свідомістю істини і в той же час поставити собі завданням вселяти кожній дівчинці, що вона морально зобов’язана прагнути до того, щоб бути фізично міцною і здоровою, енергійною і граціозною, та природно (а не штучно) стрункою і миловидною. І, абсолютно зрозуміло, що для такого вдосконалення тіла, безумовно, потрібні фізичні вправи [8].

Кожна жінка прагне бути здоровою та красивою. Але ж здоров’я та краса не є даром природи, а зазвичай є результатом тривалої праці над вдосконаленням свого організму. При цьому зміцнення здоров’я немислиме без застосування рухів, які спрямовані на активізацію діяльності внутрішніх органів і розвиток опорно-рухового апарату людини [17, 18]. Так само і краса полягає не лише у досконалих зовнішніх форм тіла жінки, а вимагає високої координації, пластичності й граціозності рухів. Завдання педагога з фізичного виховання, на наш погляд, навчити дівчат вільно і граціозно переміщати своє тіло і найдоцільніше виконувати звичні рухи, допомогти у формуванні стат-

ної постави, красивої ходи і виразності у руках.

В усіх публікаціях кінця XIX століття, присвячених фізичному вихованню жінок, присутня істотна обмовка про те, що фізичні вправи не повинні завдавати збитку жіночності [8]. Традиційно у навчальний план жіночих навчальних закладів були включені танці, а на початку XX століття додалася гімнастика. Відзначалося, що фізичне виховання жінок повинно відрізнятися від фізичного виховання чоловіків. Розалія Ребер при роботі з дівчатами [9] на перше місце ставила командну змагальну гру, як один з кращих засобів виховання характеру, фізичних якостей і навичок. Ритмічні вправи пропонувалися як доповнення або корекція до гри, оскільки тут жінка знаходить додаток своєму інстинктивному потягу до м’якості, краси і грації.

Шемпетъє де Риб, старший викладач гімнастики шведського гімнастичного інституту, у своїй книзі “Азбука фізичного виховання жінок” писав, що фізичне виховання дівчаток і жінок повинно складатися з природних рухів, які дають можливість передусім “широко дихати”, та компенсаторних рухів, які застережливо виправляють недоліки, викликані умовами сучасного цивілізованого життя (у тому числі відхилення від правильної будови тіла, особливо постави). До природних та коригуючих слід віднести ритмічні рухи, визнаючи за ними естетичну цінність.

У роботах В.В.Горіневського велике значення надається жіночій гімнастиці і особливо жіночій моториці. Він говорить, що “у нас немає ніяких підстав змінювати такий властивий жінці тип моторики” і що “в проведенні жіночої фізкультури плавним і закругленим рухам має бути приділено досить місця”. В.В.Горіневський писав [21], що для більшості жінок має бути дана можливість виявлення їх темпераменту, а це можливо шляхом введення танцю, і якщо до останнього жінки ще недостатньо підготовлені, то елементи танцю у вигляді танцювальних кроків гімнастичних танців повинні отримати місце в уроці навіть на початку фізичної підготовки.

На думку багатьох дослідників, залучення жінок до фізичної активності і спорту – справа важча, ніж залучення до будь-якої іншої діяльності. Жінки віддають перевагу фізичній активності, враховуючи її багатоплановий вплив на організм і спосіб життя. Проте лише певні види фізичної активності вписуються у поняття статевої ідентичності та сумісні з уявленнями про жіночність та імідж жіночого тіла й фігури [4].

Відомий польський дослідник проблем фізичного виховання і спорту В.Староста провів анкетування студентів двох інститутів фізичного виховання Польщі. Переважна більшість обстежуваних вважали, що існують види спорту, якими жінки, а тим більше дівчата, не повинні займатися. Свою думку вони обґрунтовували тим, що в більшості випадків виражають турботу про жінок, вважаючи, що заняття чоловічими видами спорту можуть негативно вплинути на організм жінок і особливо дівчат, привести до втрати стрункости або жіночності. Про збереження жіночності особливо пі-

кляються жінки до 25 років (94, 2%). З віком турбота жінок про жіночність зменшується [12].

Фахівцями в області фізичного виховання звертається увага на ускладнення, які виникають при заняттях із студентками в ефективному використанні вправ, спрямованих на розвиток рухових якостей. Однією з причин цього вважають відсутність емоційного сприйняття навантаження внаслідок її одноманітності або тривалого повторення [1].

Т.А.Юрієв з групою учених пропонують при фізичній підготовці студенток ведучою вважати різнобічну підготовку з акцентом на збільшення аеробної працездатності та нормалізацію ваги тіла [13].

На думку І.М.Окка [10], при плануванні комплексів, необхідно враховувати швидку реакцію жіночого організму на фізичне навантаження, особливості психіки і статури. Він рекомендує використовувати комплекси з потоковою системою побудови гімнастичних вправ під закінчений музичний твір.

О.І.Панін [16] вважає, що активізувати навчальний процес з фізичного виховання студенток можливо тільки за допомогою ефективніших і раціональніших методів, виходячи з умов державної програми ВНЗ і наявної матеріальної бази. Вказує на необхідність повністю використовувати передусім методичні прийоми у межах обов'язкових навчальних годин програми ВНЗ. Основне завдання у вирішенні проблеми поліпшення фізичної підготовленості студенток ВНЗ полягає не у формі (чи спеціалізуватимуться в одному виді спорту або ні), а в ефективнішому методі.

В результаті аналізу матеріалів з проблеми визначення у студентів рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості ученими [6] були визначені наступні рекомендації з поліпшення процесу фізичного виховання студенток:

- особливу увагу необхідно звернути на дівчат-старшоккурсниць;
- дівчатам слід рекомендувати вправи на розвиток сили і у меншій мірі швидко-силових і швидкісних якостей. З урахуванням специфіки тестування сили у дівчат це значною мірою мають бути вправи, які розвивають силу м'язів черевного пресу. Для досягнення одночасного розвитку сили, швидкості і швидко-силових якостей представляється оптимальним використання програм фітнеса, аеробіки та споріднених із ними видами спорту, які користуються у молодих жінок великою популярністю.

Естетичне виховання є невід'ємним компонентом різнобічного гармонійного розвитку сучасної людини, здатної опанувати культурні цінності, будувати життя за законами краси. Тому воно має бути обов'язковою складовою частиною процесу фізичного виховання студенток. Естетичне сприйняття явищ навколишнього світу характеризується віддзеркаленням його в емоційно-чуттєвій сфері. Фізична культура представляє для естетики широкий круг можливостей.

Піклуючись про естетичне виховання у ВНЗ, деякі викладачі використовують легку, мелодійну, ритмічну, іноді класичну музику в підготовчій частині заняття при розминці та виконанні вправ для тренування.

Ефективним в сенсі включення завдань естетичного виховання в область фізичної культури являється досвід викладачів, які характеризують по ходу виконання ряду фізичних вправ їх естетичну сторону, красу, пластику рухів, а також гармонію розвитку краси тіла в процесі фізичних тренувань [18].

Вік 17-30 років – це розквіт моторики людини, про що свідчать результати, які показуються спортсменами у різних видах спорту. Характерним для цього віку є зазвичай ще хороший стан здоров'я і велика зайнятість людей (у тому числі навчання у вищих навчальних закладах). Це призводить до того, що багато хто не усвідомлює потреби у регулярних заняттях фізичним вихованням для збереження і підтримки своєї рухової активності.

Основним завданням викладача фізичного виховання є пояснення, переконання студенток в тому, що рухова активність є кращим засобом профілактики хвороб. Основним чинником цього переконання є рухова активність [20].

При побудові навчально-тренувального процесу, підборі засобів і методів необхідно враховувати мотивацію студенток до занять.

Висновки.

Таким чином, аналіз спеціальної літератури показав, що в процесі фізичного виховання студенток фахівцями рекомендується застосовувати диференційований підхід. У заняттях з дівчатами повинні використовуватися специфічні засоби і методи, відмінні від роботи з хлопцями; враховуватися фізіологічні особливості жіночого організму. Фізична підготовка має бути спрямована на розвиток сили та координаційних здібностей, збільшення аеробної працездатності та нормалізацію ваги тіла, для цього рекомендується використовувати, як один із варіантів, комплекси з потоковою системою побудови вправ під музичний твір. Для емоційного сприйняття навантаження, формування мотивації до самостійних занять фізичними вправами пропонується в процесі фізичного виховання студенток застосовувати сучасні оздоровчі програми, які користуються найбільшою популярністю у молоді. Проте, серед наукових досліджень і розробок ми не виявили рекомендацій з цілеспрямованого розвитку і вдосконалення координаційних здібностей у студенток у навчальному процесі з фізичного виховання, як одному з важливих напрямів у формуванні тілесної культури.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку. Передбачається, що на підставі експериментальних даних будуть запропоновані нові шляхи розвитку координації і координаційних здібностей у сфері фізичного виховання студентів ВНЗ.

Література:

1. Біліченко О.О. Особливості мотивації до занять з фізичного виховання у студентів // Проблеми фізичного виховання і спорту, 2011. – №5. – С. 3-5.
2. Бикмухаметов Р.К. Содержание процесса физического воспитания в системе педагогического образования // Теория и практика физической культуры, 2003. – №3. – С. 45-50.
3. Востроцька І. Аналіз захворювань студентів спеціальної медичної групи / І. Востроцька, І. Осіпова // Молода спортивна наука Україна: збірник наукових праць, 2003. – Вип. 7. – Том 1. – С. 74-76.
4. Гуськов С.И. Новые виды физической активности женщин – веление времени / С.И. Гуськов, Е.И. Дегтярева // Теория и практика физической культуры, 1998. – №12. – С.56-58.
5. Давиденко Д.Н. Оценка формирования физической культуры студентов в образовательном процессе технического вуза // Теория и практика физической культуры, 2006. – № 2. – С. 2-6.
6. Изаак С.И. Физическое развитие и физическая подготовленность в системе мониторинга состояния физического здоровья населения (возрастно-половые особенности студентов) / С.И. Изаак, Т.В. Панасюк // Теория и практика физической культуры, 2004. – № 11. – С. 51-52.
7. Лимаренко О.В. Система управления качеством физкультурного образования: постановка проблемы и перспективы // Теория и практика физической культуры, 2005. – № 6. – С. 8-10.
8. Мягкова С.Н. Женская проблематика на страницах журнала «Теория и практика физической культуры» (1925-2000 гг.) // Теория и практика физической культуры, 2000. – № 11. – С. 16-22.
9. Мягкова С.Н. Физическое воспитание и спортивная деятельность женщин на рубеже XIX-XX вв. // Теория и практика физической культуры, 2002. – № 6. – С. 6-13.
10. Окк И.М. Эффективность применения поточно проводимых комплексов физкультурной паузы танцевального характера в сочетании с микропаузами // Теория и практика физической культуры, 1987. – № 11. – С. 26-28.
11. Полянничко О. Особливості проведення занять з фізичного виховання зі студентами, які мають надлишкову вагу / О. Полянничко, В. Іванько, І. Портна // Проблеми формування здорового способу життя молоді: Матеріали III Всеукраїнської науково-практич. конференції. – Львів. – 2011. – С. 257-258.
12. Староста В. Новый способ измерения и оценки двигательной координации // Теория и практика физической культуры, 1998. – № 6. – С.8-12.
13. Юримяз Т.А. Влияние разных по интенсивности программ ритмической гимнастики на физическую работоспособность, липиды и липопротеиды крови у студенток / Т.А. Юримяз, И.С. Нейссаар, А.А. Виру // Теория и практика физической культуры, 1987. – № 3. – С. 48-49.
14. Вржесневський І.І. Оцінка фізичних можливостей студентів у системі медико-педагогічного контролю у процесі фізичного виховання спеціального відділення ВУЗу: Автореф. дис....канд наук з фіз. вих і спорту: 24.00.02. – Київ. – 2011. – 29 с.
15. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека. – М., ГЦОЛИФК. – 1992. – 100с.
16. Панин А.И. Воспитание двигательных качеств у студенток, не имеющих достаточной физической подготовленности и спортивных навыков: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Москва. – 1971. – С. 3-49.
17. Соха Т. Женский спорт (новое знание – новые методы тренировок). – М., Теория и практика физической культуры. – 2002. – С. 18-21.
18. Теория и методика физической культуры: учебник. – М., Советский спорт. – 2004. – 464 с.
19. Фарфель В.С. Развитие движений у детей школьного возраста. – М. – 1959. – 160 с.
20. Физическое воспитание студенток. – Минск, Дизайн ПРО. – 1998. – 128 с.
21. Физическая культура женщины. – М. – Л., Физкультура и туризм. – 1931. – 64 с.
22. Физическая культура студента: учебник // Под ред. В.И. Ильинича. М., Гардарики. – 1999. – 448 с.
23. Ягунова С.А., Старцева Л.Н. Спортивная тренировка женщин по данным врачебного контроля. – Л., Медгиз. – 1959. – 124 с.

References:

1. Bilichenko O.O. *Problemi fizichnogo vikhovannia i sportu* [Problems of physical education and sport], 2011, vol.5, pp. 3-5.
2. Bikmukhametov R.K. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2003, vol.3, pp. 45-50.
3. Vostroc'ka I., Osipova I. *Moloda sportivna nauka Ukraini* [Young sport science of Ukraine], 2003, vol.7(1), pp. 74-76.
4. Gus'kov S.I., Degtiareva E.I. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 1998, vol.12, pp.56-58.
5. Davidenko D.N. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2006, vol.2, pp.2-6.
6. Izaak S.I., Panasiuk T.V. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2004, vol.11, pp.51-52.
7. Limarenko O.V. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2005, vol.6, pp.8-10.
8. Miagkova S.N. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2000, vol.11, pp. 16-22.
9. Miagkova S.N. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2002, vol.6, pp.6-13.
10. Okk I.M. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 1987, vol.11, pp. 26-28.
11. Polianichko O., Ivan'ko V., Portna I. *Osoblivosti provedennia zaniat' z fizichnogo vikhovannia zi studentami, iaki maiut' nadlishkovu vagu* [Features of physical education of classes with students who are overweight]. *Problemi formuvannia zdorovogo sposobu zhittia molodi* [The problems of healthy lifestyle of youth], Lvov, 2011, pp. 257-258.
12. Starosta V. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 1998, vol.6, pp.8-12.
13. Iurimiae T.A., Nejsaar I.S., Viru A.A. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 1987, vol.3, pp. 48-49.
14. Vrzhesnevs'kij I.I. *Ocinka fizichnikh mozhlivostej studentiv u sistemii mediko-pedagogichnogo kontroliu u procesi fizichnogo vikhovannia special'nogo viddilennia Vuzu* [Assessment of physical capabilities of students in medical-pedagogical control in physical education department special graduate], Cand. Diss., Kiev, 2011, 29 p.
15. Lubyshva L.I. *Koncepciia formirovaniia fizicheskoi kul'tury cheloveka* [The concept of human development, physical culture], Moscow, SCOLIPC Publ., 1992, 100 p.
16. Panin A.I. *Vospitanie dvigatel'nykh kachestv u studentok, ne imeiushchikh dostatochnoj fizicheskoi podgotovlennosti i sportivnykh navykov* [Parenting of motor qualities in students who do not have enough physical fitness and athletic skills], Cand. Diss., Moscow, 1971, pp.3-49.
17. Sokha T. *Zhenskij sport (novoe znanie – novye metody trenirovki)* [Women's sports (new knowledge – new training methods)], Moscow, Theory and practice of physical culture, 2002, pp.18-21.
18. *Teoriia i metodika fizicheskoi kul'tury* [Theory and methodology of physical education], Moscow, Soviet sport, 2004, 464 p.
19. Farfel' B.C. *Razvitie dvizhenij u detej shkol'nogo vozrasta* [The development of movements in school-age children], Moscow, 1959, 160 p.
20. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical education of students], Minsk, Design PRO, 1998, 128 p.
21. *Fizicheskaja kul'tura zhenshchiny* [Physical training women], Moscow-Leningrad, Physical training and tourism, 1931, 64 p.
22. Il'inich V.I. *Fizicheskaja kul'tura studenta* [Physical education student], Moscow, Gardariki, 1999, 448 p.
23. Iagunova S.A., Starceva L.N. *Sportivnaia trenirovka zhenshchin po dannym vrachebnogo kontroliia* [Sports training women according to medical control], Leningrad, Medgiz, 1959, 124 p.

Информация об авторе:

Колумбет Александр Николаевич: re_play @3g.ua; Черниговский национальный педагогический университет имени Т.Г. Шевченко; ул. Гетьмана Полуботка 53, г.Чернигов, 14013, Украина.

Цитуйте цю статтю як: Колумбет О.М. Особливості організації та змісту фізичного виховання студентів вищих педагогічних навчальних закладів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 5 – С. 27-32. doi:10.6084/m9.figshare.707095

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 03.03.2013 г.
Опубликовано: 31.05.2013 г.

Information about the author:

Kolumbet A.N.: re_play @3g.ua; Chernigov National Pedagogical University; Getman Polubotka str. 53, Chernigov, 14013, Ukraine.

Cite this article as: Kolumbet A.N. Features of organization and maintenance of physical education of students of higher pedagogical educational establishments. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2013, vol.5, pp. 27-32. doi:10.6084/m9.figshare.707095

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 03.03.2013
Published: 31.05.2013