

Організація позанавчальної роботи з фізичного виховання за експериментальною програмою формування естетико-фізичних якостей студентів

Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля (м. Луганськ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Освітній процес у вищому навчальному закладі будується на принципі єдності навчання й виховання з метою формування гармонійно та всебічно розвинутої особистості майбутнього фахівця. Але гармонійний розвиток такого фахівця не може відбуватися стихійно, він зумовлений низкою об'єктивних і суб'єктивних факторів, одним із яких є фізичне виховання. Фізичне виховання в навчально-виховній сфері як складник загальної системи освіти має закласти основи забезпечення й розвитку фізичного та морального здоров'я, комплексного підходу до формування естетичних, розумових і фізичних якостей особистості, удосконалення фізичної й психологічної підготовки до активного життя та професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення, безперервності цього процесу тощо.

Наші спостереження, дослідження вчених показують, що ефективними засобами формування активності студентів виступають також естетичне виховання та естетична діяльність, у якій активізується соціальна позиція й соціально схвалювана поведінка особистості, оскільки найбільш успішний розвиток соціальної, освітньої та професійної активності майбутніх фахівців відбувається в соціально значимих заходах, діях, що пробуджують почуття прекрасного, уміння оцінити навколишню дійсність за законами краси [1; 3].

Безперечно, усі види виховання повинні розглядатися в їх єдності й взаємозалежності, тому що, як уважає К. Ушинський, “виховання бере людину всю, якою вона є, з усіма її особливостями, – її тіло, душу, розум” [4, 5]. У педагогічній науці зв'язок естетичного виховання з фізичним загально-визнаний. Заняття фізичними вправами створюють сприятливі умови для естетичного виховання, а фізичне виховання розширює естетичний вплив на людину. У процесі занять формуються естетико-фізичні якості людини: гарна постава, гармонійний розвиток форм статури, виховується розуміння краси й витонченості рухів тощо. У зв'язку з цим під час навчання у вищих навчальних закладах виникає необхідність формування естетико-фізичних якостей студентів, які потрібні сучасному фахівцю з будь-якої спеціальності з метою виховання нової, повноцінної, гармонійно та всебічно розвинутої особистості, красивої духом і тілом.

Одна з головних вимог сучасної вищої освіти – поєднання навчального процесу з позанавчальною діяльністю студентів. Тому позанавчальна робота є дуже важливим етапом у житті студентів – представників майбутньої еліти, яка через кілька років визначатиме вигляд та напрями розвитку суспільства. Однак вищі навчальні заклади, на наш погляд, не приділяють достатньої уваги позанавчальній діяльності, яка б сприяла формуванню естетико-фізичних якостей студентів. Один зі шляхів розв'язання цієї проблеми полягає в підвищенні уваги до організації позанавчальної роботи зі студентською молоддю в процесі фізичного виховання, спрямованої на формування та розвиток естетико-фізичних якостей як ознак духовного багатства, фізичної досконалості й неповторної людської сутності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми. Пошукам способів організації позанавчальної діяльності у вищому навчальному закладі присвячено роботи вітчизняних учених Б. Вульфова, Л. Кондрашової, І. Мельникової, С. Нікітчиної, М. Поташника, М. Соловей та ін. Проблема планування й аналізу виховної роботи розглядалася в працях Л. Кондрашової, С. Нікітчиної, Г. Сороки, а модернізація системи виховної роботи – у наукових дослідженнях Б. Дьяченко, Л. Руденко, Н. Терещенко, О. Омельченко, О. Франчук й інших науковців. Розвиток особистості у взаємо-

зв'язку фізичного та естетичного виховання досліджували у своїх роботах Н. Бервінова, Т. Ротерс, Л. Лубишева, В. Завадич й ін.

Однак, незважаючи на те, що на сьогодні існують наукові праці та дослідження, присвячені проблемі організації позанавчальної діяльності студентів у ВНЗ, ця тема є однією з важливих і дискусійних. Залишається маловивченим питання організації позанавчальної роботи в процесі фізичного виховання, спрямованої на формування естетико-фізичних якостей студентів. Дослідження в цьому напрямі є дуже важливим на сучасному етапі розвитку суспільства, що зумовлено потребою у всебічно й гармонійно розвиненій особистості.

Завдання дослідження – визначити особливості позанавчальної роботи з фізичного виховання класичного університету та обґрунтувати її доцільність як одного із засобів формування естетико-фізичних якостей студентів.

У процесі розв'язання поставлених завдань використано такі **методи** педагогічного дослідження: теоретичні (аналіз філософської, педагогічної, психологічної літератури, літератури з естетики та теорії й методики фізичного виховання; вивчення досвіду позанавчальної роботи інших навчальних закладів; узагальнення одержаної інформації); діагностичні (спостереження, анкетування, бесіди).

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Зроблений теоретичний аналіз за темою дослідження дає можливість зазначити, що фізичне виховання у вищих навчальних закладах викладається протягом усього періоду навчання студентів і здійснюється за такими формами: навчальна робота; робота в позанавчальний час; самостійна робота. Ці форми навчально-виховної роботи повинні функціонувати в міцній взаємодії, вони взаємопов'язані, доповнюють одна одну і являють собою єдиний процес фізичного виховання студентів. Навчальні заняття є основною формою фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Кожне заняття, незалежно від розв'язуваних специфічних завдань фізичного виховання, підпорядковується загальним цілям морального, розумового, естетичного й трудового виховання. У позанавчальний час практикуються ранкова гігієнічна гімнастика, фізкультурна пауза, різні фізкультурно-масові та спортивні заходи й самостійна робота студентів.

Результати вивчення навчально-виховного процесу вищих навчальних закладів свідчать про недостатність поєднання та взаємодії естетичного й фізичного виховання та використання в позанавчальній роботі заходів, які сприяють формуванню естетико-фізичних якостей студентської молоді, що потрібно для гармонійного розвитку майбутніх фахівців, виховання цілісної, духовно багатой та фізично досконалої особистості.

Отже, для формування в студентів класичного університету естетико-фізичних якостей, поряд із підвищенням духовної культури й поширенням фонду рухових умінь та навичок, необхідних у житті, була розроблена й упроваджена в процес фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля експериментальна програма та відповідні методики, які передбачали інноваційну навчально-пізнавальну й естетико-фізичну діяльність, що забезпечують органічну єдність мотиваційно-ціннісного, художньо-спортивного та творчо-діяльнісного компонентів.

Спираючись на зроблений теоретичний аналіз, визначено, що найвищої ефективності у формуванні естетико-фізичних якостей студентів можна досягнути за умови комплексного використання компонентів естетичного й фізичного виховання, а також загальних, специфічних і спільних засобів цих видів виховання [2]. Для використання в експериментальній програмі ми обрали такі засоби, як музика (музичний супровід), фізичні вправи (загальнорозвивальні, танцювальні, силові), естетичне оформлення фізкультурно-спортивних заходів, спортивних майданчиків, споруд, різні види мистецтва (скульптура, живопис, кіномистецтво), естетичний вигляд учасників фізкультурно-спортивних заходів і студентів (костюми учасників, взуття, одяг), сили природи; відео- й фотоматеріали, засоби масової інформації.

У процесі позанавчальної роботи з фізичного виховання для реалізації експериментальної програми формування естетико-фізичних якостей студентів класичного університету протягом навчального року проводили різні фізкультурно-спортивні заходи, свята, змагання, показові виступи, конкурси тощо. Так, на початку навчального року для студентів влаштовували показові виступи студентських спортивних команд, танцювальних колективів, викладацьких гуртків тощо. На заході "День знань" перед студентами виступали збірна команда університету СХУ ім. В. Даля із фанк-аеробіки, університетський танцювальний колектив сучасного танцю "Пульс", танцювальний колектив народного танцю "Світоч" та ін., представники яких демонстрували високу координацію рухів, поєднання

легкості й витонченості зі швидкістю та силою, злагодженість дій, гармонію в поєднанні музики, рухів і почуттів й інші естетико-фізичні якості. За допомогою таких виступів ми хотіли викликати в студентів позитивні емоції, бажання до власного фізичного вдосконалення, естетико-фізичної самопобудови, прагнення до занять у цих колективах чи просто фізичною культурою та спортом, потребу в здоровому способі життя.

Протягом навчального року у вищих навчальних закладах проводиться чимало фізкультурно-спортивних заходів. Так, за участі кафедри фізичного виховання і спортивного клубу Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля відбулись універсиади СХУ ім. В. Даля серед студентів із гуртожитків із футболу, баскетболу, настільного тенісу, гирьового спорту, легкоатлетичного кросу та інших видів спорту.

Під час експерименту викладачі кафедри прагнули естетично оформити споруди, зали й майданчики де проводилися змагання з баскетболу, настільного тенісу, гирьового спорту тощо. Члени спортивних команд демонстрували довершеність рухів, злагодженість дій, гармонійний розвиток м'язів, красу та майстерність. Змагання з футболу, легкоатлетичного кросу проводилися на свіжому повітрі, щоб краса самої природи поєднувалась із красою фізичною. Тренери збірних команд факультетів і гуртожитків підбирали акуратну спортивну форму для учасників змагань, перед змаганнями та після них проводились урочисті церемонії з використанням маршової музики й спортивних пісень. Студентам експериментальної групи пропонували відвідувати всі змагання, що виховувало в них особистісно-ціннісне ставлення до співгрупників, до занять із фізичного виховання, здатність до отримання естетико-фізичної насолоди від побаченого, до емоційного відгуку; розвивало естетико-фізичну компетентність, естетико-фізичне сприйняття тощо.

Серед викладачів СХУ ім. В. Даля також проводилися змагання, універсиади з футболу, баскетболу, настільного тенісу, бадмінтону й інших видів спорту, на які запрошували студентів експериментальних груп. На зимових канікулах відбулися товариські зустрічі серед збірних команд викладачів і студентів із баскетболу та футболу. Це підвищувало мотивацію студентів до занять фізичною культурою й спортом, бажання бути учасником фізкультурно-спортивних заходів, прагнення до ідеалу, до фізичного вдосконалення та здорового способу життя, сприяло піднесенню мотиваційно-ціннісного й творчо-діяльнісного компонентів формування естетико-фізичних якостей студентської молоді.

Наприкінці осіннього семестру серед студенток, котрі на заняттях із фізичного виховання спеціалізуються з аеробіки, улаштовувалося свято аеробіки. Мета цього заходу – демонстрація результатів навчальної роботи. Студентки об'єднувались у групи по 6–12 осіб і виконували композиції з танцювальної аеробіки, які вивчали на обов'язкових заняттях із фізичного виховання. Учасникам цього свята потрібно виконати безперервну композицію з танцювальної аеробіки під музичний супровід; продемонструвати виразність, синхронність та узгодженість рухів; показати правильну техніку виконання базових кроків аеробіки відповідно до обраного стилю; мати охайний зовнішній вигляд, належні одяг, взуття й зачіску. Причому припускались і заохочувались самостійний добір музичного супроводу до композицій згідно зі стилем танцювальної аеробіки; самостійне доповнення композиції додатковими рухами та кроками, що відповідають обраному стилю й музичному супроводу; творчий підхід до підбору костюмів. Свято аеробіки сприяло вихованню в студентів особистісно-ціннісного ставлення до занять із фізичного виховання, зацікавленості не пропускати їх, естетико-фізичної самопобудови, розвитку координаційних здібностей, краси постави, виразності рухів, почуття ритму, піднесенню творчо-діяльнісного компонента формування естетико-фізичних якостей студентів. Під час свята аеробіки виявляли студенток, які відповідали всім вимогам цього заходу та рекомендувалися до участі у фестивалі аеробіки.

Фестиваль аеробіки – традиційне свято, що проводиться кафедрою фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Для участі в ньому запрошуються колективи, організовані на факультетах, спортивні команди із фанк-аеробіки, степ-аеробіки та інших видів аеробіки СХУ ім. В. Даля й інших навчальних закладів, колективи сучасного танцю. Мета цього свята – здійснення впливу на емоційно-почуттєву сферу студентів, сприяння додатковому творчому підживленню. За допомогою фестивалю аеробіки ми комплексно формували в студентській молоді естетико-фізичні якості за мотиваційно-ціннісним, художньо-спортивним і творчо-діяльнісним компонентами. Загальна атмосфера цього свята, насиченого красою оформлення приміщення, різноманітністю костюмів та композицій учасників, емоціями глядачів тощо, сприяла піднесенню духовності, гарному ставленню всіх задіяних один до одного й до всього, що оточує. Ми намагалися допо-

могли студентам побачити красу своїх зусиль, що спонукало їх до подальшого покращення своєї праці. Відчувши успіх у власному розвитку, студент переживає внутрішнє задоволення й у нього з'являється прагнення не тільки закріпити цей успіх, а й активізувати свої зусилля надалі самовдосконалюватися. Якщо ті або інші особистісні якості закріплюються, то, за законами генералізації (поширення), вони впливають на розвиток інших сторін і властивостей особистості. Тому участь у таких заходах позитивно позначається на інтелектуальному, естетичному та моральному формуванні, на розумній організації дозвілля, веденні здорового способу життя.

Серед заходів позанавчальної роботи, спрямованої на формування естетико-фізичних якостей студентської молоді, у формуальному експерименті пропонувалося відвідування Всеукраїнського конкурсу спортивних телевізійних програм під назвою "Мир спорту", який проводився на базі Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Серед телевізійних програм, запропонованих для перегляду студентам, були роботи, у яких показувалося гармонійне поєднання естетичного й фізичного, наскільки фізична культура, спорт і здоровий спосіб життя покращують повсякденність, сприяють духовному розвитку людини. Так, у програмах "Олімпійське лелеченя", "Подаруй радість дітям" та ін. демонструвалось естетичне оформлення дитячих фізкультурних заходів, збагачене виступами танцювальних колективів і спортивних команд із черлідінгу (груп підтримки) тощо. У програмах "Зимовий Крим", "Монблан Подолання" та ін. показувалося поєднання краси природи з фізичною культурою, спортом і туризмом, духовне збагачення людини завдяки злиттю з природою. За допомогою цього заходу ми сприяли піднесенню мотиваційно-ціннісного компонента, формуванню естетико-фізичних якостей студентів, розвитку естетико-фізичної компетентності, естетико-фізичного сприйняття, естетико-фізичних уявлень тощо.

Дуже ефективним заходом позанавчальної роботи, що сприяє формуванню естетико-фізичних якостей студентської молоді, на наш погляд, є захід, присвячений дню народження кафедри фізичного виховання. На цьому красиво оформленому святі демонструвався симбіоз музики, танців, костюмів, спортивної аеробіки, фотомистецтва, пісень, різних видів спорту тощо, проводилось урочисте нагородження викладачів і студентів за успіхи й сумлінну працю у сфері фізичної культури та спорту. Завдяки таким заходам студенти мають можливість бути не тільки глядачами, а й самореалізовуватись у складі танцювальних колективів або спортивних команд, демонструвати свої досягнення, естетико-фізичні якості, творчість тощо. У процесі таких свят створюється позитивна емоційно-естетична атмосфера, що сприяє органічній єдності та піднесенню мотиваційно-ціннісного, художньо-спортивного й творчо-діяльнісного компонентів формування естетико-фізичних якостей студентської молоді.

Після проведення будь-яких фізкультурно-спортивних заходів, у процесі позанавчальної роботи з фізичного виховання класичного університету викладачі кафедри разом зі студентами здійснювали оформлення фотостендів, на яких можна було побачити результати роботи студентів, фотографії виступів танцювальних колективів і спортивних команд. Естетичне оформлення стендів із демонстрацією краси проведених спортивних свят, змагань, фестивалів тощо сприяло естетико-фізичній самореалізації студентів, піднесенню мотиваційно-ціннісного компонента формування естетико-фізичних якостей студентської молоді.

Наприкінці весняного семестру експериментальної програми формування естетико-фізичних якостей студентів класичного університету запланована студентська науково-практична конференція під назвою "Гармонія тіла і душі", спрямована на розкриття сутності естетико-фізичних якостей та необхідності їх формування в процесі гармонійного розвитку особистості. Для участі в конференції студентам експериментальної групи потрібно було підготувати доповідь за обраною естетико-фізичною тематикою, що сприяло підвищенню рівня естетико-фізичної компетентності, особистісно-ціннісного ставлення, естетико-фізичної самореалізації тощо.

План експериментальної програми, спрямованої на формування естетико-фізичних якостей студентів у процесі фізичного виховання з урахуванням модульної побудови навчального процесу класичного університету, наведено в табл. 1.

План експериментальної програми формування естетико-фізичних якостей студентів класичного університету

Семестр навчального року	Модульні блоки	Місяці	Навчальна робота	Позанавчальна робота	Самостійна робота
Осінній семестр	1-й модуль	вересень	Згідно з навчальним планом університету	Показові виступи спортивних команд, танцювальних колективів, студентських і викладацьких гуртків університету.	Протягом року
		жовтень		Універсіада серед студентів із футболу. Відвідування концерту університетського колективу сучасного танцю "Пульс".	
	2-й модуль	листопад		Універсіада серед студентів із настільного тенісу. Відвідування змагань із фанк-аеробіки за участю університетської команди.	
		грудень		Універсіада серед студентів із баскетболу. "Свято аеробіки".	
Канікули		січень		Універсіада серед викладачів "Бадьорість та здоров'я". Товариські зустрічі серед збірних команд студентів і викладачів.	
Весняний семестр	1-й модуль	лютий		Універсіада серед студентів із силових видів спорту. Відвідування концерту університетського колективу народного танцю "Світоч".	
		березень		"Фестиваль аеробіки". Спортивне свято, присвячене створенню кафедри фізичного виховання.	
	2-й модуль	квітень		Універсіада серед збірних команд гуртожитків. Конкурс фільмів "Мир спорту".	
		травень	Універсіада серед студентів із легкоатлетичного кросу. Студентська науково-практична конференція "Гармонія тіла і душі".		

Висновки. Отже, можна стверджувати, що позанавчальна робота є благотворним середовищем гармонійного й усебічного розвитку особистості студента, формування його професійного та індивідуального іміджу. Організація позанавчальної роботи з фізичного виховання за експериментальною програмою, залучення студентської молоді до різноманітних заходів, змагання, конкурси, конференції тощо, на нашу думку, сприятимуть формуванню та розвитку естетико-фізичних якостей студентів класичного університету в органічній єдності мотиваційно-ціннісного, художньо-спортивного й творчо-діяльнісного компонентів.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальшої роботи будуть спрямовані на дослідження та аналіз результатів упровадження експериментальної програми в процес фізичного виховання класичного університету для формування естетико-фізичних якостей студентів.

Список використаної літератури

1. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів / Грибан Г. П. – Житомир : Рута, 2009. – 593 с.
2. Єрмолаєва Т. М. Основи взаємозв'язку фізичного та естетичного виховання в процесі розвитку особистості / Т. М. Єрмолаєва // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х., 2011. – № 1. – С. 54–57.
3. Марченко О. Ю. Формування ціннісних категорій фізичної культури студентів вищих навчальних закладів / О. Ю. Марченко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х., 2011. – № 1. – С. 127–131.
4. Ушинський К. Д. Про сімейне виховання / Ушинський К. Д. – К. : Рад. шк., 1974. – 150 с.
5. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 роки. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 31 серпня 2011 р. – № 828-р.

Анотації

Установлено необхідність формування естетико-фізичних якостей студентів, потрібних сучасному фахівцю для виховання повноцінної, гармонійно й усебічно розвиненої особистості. Проаналізовано та узагальнено досвід позанавчальної роботи вищих навчальних закладів. Визначено зміст, тематику та форми заходів у процесі позанавчальної роботи з фізичного виховання. Запроваджено в процес фізичного виховання класичного університету експериментальну програму, спрямовану на формування естетико-фізичних якостей студентів. Припущено, що організація позанавчальної роботи з фізичного виховання за експериментальною програмою сприятиме формуванню естетико-фізичних якостей студентської молоді.

Ключові слова: позанавчальна робота, естетико-фізичні якості, студенти.

Татьяна Ермолаева, Валентин Ляпин. Организация внеучебной работы по физическому воспитанию по экспериментальной программе формирования эстетико-физических качеств студентов. Установлена необходимость формирования эстетико-физических качеств студентов, которые нужны современному специалисту для воспитания полноценной, гармонично и всесторонне развитой личности. Проанализирован и обобщён опыт внеучебной работы высших учебных заведений. Определены содержание, тематика и формы мероприятий в процессе внеучебной работы по физическому воспитанию. Внедрена в процесс физического воспитания классического университета экспериментальная программа, направленная на формирование эстетико-физических качеств студенческой молодёжи.

Ключевые слова: внеучебная работа, эстетико-физические качества, студенты.

Tatyana Yermolayeva, Valentin Liapin. Organization of Extracurricular Activities of Physical Education in an Experimental Program of Formation of Aesthetic and Physical Qualities Among Students. The necessity of formation of aesthetically-physical qualities among students that are necessary for a modern specialist, in order to educate harmoniously developed personalities. The experience of extracurricular activities in higher educational establishments is analyzed and summarized. Content, themes and forms of activities in extracurricular activities in physical education is defined. The experimental program is aimed at formation of aesthetically-physical qualities of students and is introduced in the process of physical education at university.

Key words: extracurricular activities, aesthetically-physical qualities, students.