

Устименко Г.О.  
Національний технічний університет України  
Київський політехнічний інститут ім. Сікорського І.І.

## ВИСВІТЛЕННЯ ЦІННОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ВИХОВАННІ МОЛОДОГО ПОКОЛІННЯ

*В статті представлені дані про висвітлення цінностей фізичної культури в вихованні молодого покоління.*

**Ключові слова:** цінності фізичної культури, молоде покоління.

*Устименко Г.А. Освещение ценностей физической культуры в воспитании молодого поколения В статье представлены данные про ценности физической культуры в воспитании молодого поколения.*

**Ключевые слова:** ценности физической культуры, молодое поколение.

**Abstract. Ustimenko G. Highlighting values of physical culture at bringing up youth generation.** *The modern process of renewal of traditions of physical bringing up for young generation and student youth requires deep historical, theoretical and ideological bases. At the same time a great importance has a creative heritage of many well – known scientists and pedagogists of physical bringing up.*

*Bringing up health nation particularly physical health is always actual question. Non – health state of people especially youth is negatively reflects both on forming overall values and on relation to learning as well as labour and other sphere of a human's activities. Solving these questions is depended on qualitative application of possibilities of physical bringing up youth at bringing and learning process at educational establishments. We cannot lead a search of new ways of scientific grounding physical bringing up without free thinking and estimation of experience which is accumulated at domestic theory and practice. Many well – known pedagogists study physical bringing up. The bases of the idea of bringing up healthy human are many years ago. An aim and tasks; forms and methods of physical bringing up are changed at various stages of a development of a society. But the force, endurance, will are always necessary qualities of honour citizen.*

*An intensive development of idea of person's physical bringing up we can observe at the second half of last century; this time is a period of building scientific bases of domestical system of a physical culture. The main reasons of appearance of theoretical bases of bringing up are the development at this time psychological and pedagogical sciences as well as medical science as well as an influence of foreign experience of organization of physical bringing up at educational establishments.*

**Key words:** values of physical culture, the younger generation.

**Актуальність** Сучасний процес відродження традицій фізичного виховання студентської молоді й молодого покоління взагалі потребує глибокого історичного, теоретичного ідеологічного підґрунтя. Неабиякої вартості при цьому набуває творча спадщина багатьох видатних педагогів, теоретиків фізичного виховання минулого [1.5.6.9]

Виховання здорової нації, зокрема фізично, завжди було актуальною проблемою. Поганий стан здоров'я людей, особливо молоді, негативно відображається і на формуванні загальних цінностей, і на ставленні до навчання, праці, інших сфер людської діяльності. Рішення цієї проблеми залежить від якісного використання можливостей фізичного виховання молоді у навчально-виховному процесі навчальних закладів. Пошук нових шляхів наукового обґрунтування проблеми фізичного виховання не можливий без неупередженого осмислення й оцінки накопиченого у вітчизняній теорії і практиці досвіду. Питання фізичного виховання привертало увагу багатьох відомих і невідомих педагогів, лікарів, громадських діячів. Коріння ідеї виховання здорової тілом людини слід шукати у глибокій давнині. На різних етапах розвитку суспільства змінювалися мета, завдання, форми і методи здійснення фізичного виховання. Але сила, воля, витривалість завжди були необхідними якостями поважного і шановного громадянина [2.4.8]

**Мета роботи:** подальше обґрунтування використання засобів, методів та форм фізичного виховання щодо підвищення цінностей фізичної культури в вихованні молодого покоління.

Виходячи з цього, були поставлені наступні **завдання:**

1. Проаналізувати дані відповідної науково – методичної літератури.
2. Дослідити вплив цінностей фізичної культури в вихованні молодого покоління.

**Методи та організація дослідження:** узагальнення даних науково – методичної літератури, педагогічні спостереження, опитування фахівців, анкетування.

**Результати дослідження** Інтенсивний розвиток ідеї фізичного виховання особистості отримали у другій половині XIX століття, яка, за визначенням дослідників, стала періодом будівництва наукових засад вітчизняної системи фізичної культури. Головними передумовами зародження теоретичних основ фізичного виховання слід вважати розвиток саме в цей період психолого-педагогічної, медичної наук, а також погіршення стану здоров'я учнівської молоді, потреба реформування воєнної сфери і підготовки резерву для армії, вплив зарубіжного досвіду організації фізичного виховання в навчальних закладах освіти. Історичні матеріали свідчать, що прогресивна громадськість прагнула виявити вплив навколишнього середовища на фізичний стан дитини і показати взаємозв'язок фізичного, морального, трудового, естетичного її виховання. Рівень рухливості, ритмічність навчальної діяльності і відпочинку – ось далеко не повний перелік проблем, які потрапили у поле зору педагогів, фізіологів, лікарів. Ця історична епоха репрезентована багатьма науково виваженими, ґрунтовними публікаціями саме з проблем фізичного виховання молоді, зокрема А.С.Вереніуса, А.Синдеєва, І.Радецького, П.Лесгафта, Е.Покровського та багатьох інших.

Вчені доводили, що фізичний стан дитини залежить не тільки від поганих соціальних умов життя, гігієнічних норм у школі, значного розумового перенавантаження, а й недооцінки суспільством, сім'єю та школою значення використання систематичних занять фізичними вправами. Ефективні шляхи вирішення існуючої проблеми вони вбачали у введенні до шкільної практики різноманітних форм і засобів фізичного виховання й розвитку дітей. При цьому наголошувалося на вихованій спрямованості занять

фізичними вправами. Сутність народної педагогіки у школі прогресивні педагоги справедливо вбачали у здійсненні розумового, морального трудового виховання у поєднанні з фізичним [10]

З'ясування підходів до розв'язання проблеми використання цінностей фізичної культури для виховання дітей та молоді неможливе без аналізу теоретичної спадщини і досвіду видатних дидактів і педагогів-мислителів. Це потребує звернутися до тих праць класиків педагогіки, у яких найбільш повно розкриті цінності фізичної культури для збереження здоров'я молодого покоління. Узагальнення творчих здобутків всесвітньо визнаних фундаторів педагогіки дало змогу встановити, що найбільш глибоко окреслені питання проаналізовані в наукових працях Я.А.Коменського, І.Й.Песталоцці, П'єра де Кубертена, П.Ф.Лесгафта, А.С.Макаренка, В.О.Сухомлинського.

Оцінюючи внесок цих педагогів у розроблення теорії і практики виховання молодого покоління на принципах збереження здоров'я, цінностей фізичної культури розкрито низку завдань і поглядів на роль освіти і виховання, усвідомлено важливі пріоритети у справі збереження і зміцнення здоров'я, значущість фахових знань у галузі людинознавчих наук у професійній підготовці фахівців.

Вивчення науково-педагогічної спадщини Я.А.Коменського переконує в тому, що вчений пізнав творчо осмислив величезний пласт знань про людину: анатомію і фізіологію, психологію, вплив соціальних чинників і довкілля на здоров'я дітей і підлітків, значення раціональної організації навчального процесу, основи харчування, санітарні вимоги до одягу і житла, обладнання школи, профілактик захворювань тощо.

Аналіз праць видатного вченого дав змогу встановити, що він завдяки своїм знанням особливостей анатомії і фізіології розвитку людини, а також педагогічним спостереженням вивчив сім вікових періодів у розвитку людини.

У багатьох своїх висловлюваннях і починаннях Я.А.Коменський визначає моральне значення і відповідальність вчителя щодо гігієнічного і фізичного виховання молоді, визнання цінностей фізичної культури починаючи з раннього дитинства. Крім того, він пропонував надавати у процесі професійної підготовки студентам знання з медицини: студенти повинні вивчати «для душі богослов'я, для розуму – філософію, а відносно життєвих функцій тіла – медицину».

Одним із перших засновників сучасного погляду на цінності фізичної культури для людства був барон П'єр де Кубертен. Його видатні заслуги перед людством пов'язані не тільки з відродженням Олімпійського руху, він є автором сучасного педагогічного погляду на фізичне виховання у школах і університетах.

Олімпійський рух під керівництвом де Кубертена на перших етапах свого існування значно впливав на розвиток освіти у різних країнах і створення системи фізичного виховання школярів та студентів. Питання, які у минулому столітті цікавили засновників фізичної культури та фізичного виховання школярів і студентів, є актуальними і в наш час.

Видатний теоретик вітчизняної фізичної культури і спорту О.Д.Бутовський зробив неоціненний внесок у розвиток світового олімпійського та спортивного руху. Багато його методологічних ідей і підходів до розвитку спортивної галузі не втратили своєї актуальності і в сучасний період.

Значну увагу фізичному вихованню та цінностям фізичної культури приділяв видатний учений у галузі анатомії, антропології, педагогіки П.Ф.Лесгафт. Методологічною основою його теоретичних досліджень у галузі педагогіки став матеріалістичний, природничо-науковий світогляд, який базувався на нових досягненнях природничих і суспільних наук. Розроблена ним система фізичного виховання відома під назвою лесгафтовської системи виховання, характерними особливостями якої є демократизм, зв'язок з науковою та педагогічною практикою, народність і прогресивність. Вона будувалась на анатомо-фізіологічних, гігієнічних і психологічних основах з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних ознак і можливостей учнів. П.Ф.Лесгафт став першим, хто дав наукове обґрунтування теорії фізичного виховання. Він вважав, що фізичне виховання є необхідним засобом формування гармонійно розвиненої людини, яка здатна в усіх сферах життя виконувати суспільні обов'язки з найбільш економним використанням енергії в найкоротший термін. В основі його педагогічної системи лежить вчення про єдність духовного і фізичного розвитку людини. У праці «Керівництво з фізичної освіти для дітей шкільного віку» П.Ф.Лесгафт науково обґрунтував зміст, засоби й методи фізичного виховання у школі. Він розглядав фізичну культуру як одну з головних цінностей людини, використання якої є необхідним засобом гармонійного розвитку особистості.

Досліджуючи науково-педагогічну спадщину К.Д.Ушинського, ми намагалися з'ясувати своєрідність поглядів вченого на проблему здоров'я та цінностей фізичної культури у вихованні молодого покоління. Так, на нашу думку, особливою заслугою видатного педагога є наукове розроблення теорії і практики фізичного виховання як одного із головних складників цінностей фізичної культури. Вивчивши досвід підготовки вчителів гімнастики в навчальних закладах Європи, К.Д.Ушинський висловив думку щодо розв'язання основних завдань фізичного виховання і, надавши їм педагогічної спрямованості, визначив роль наук природничого циклу у їх реалізації: «У кожній педагогіці існує тепер відділ фізичного виховання, правила якого, щоб бути скільки можна позитивним, мають виводитися із широкого і глибокого значення анатомії, фізіології і патології».

Розглядаючи людини як єдине ціле, К.Д.Ушинський встановив, що фізичний розвиток відбувається за умови активної діяльності організму і достатнього живлення тканин. Цей біологічний процес відбувається, на його думку, як стихійно, так і цілеспрямовано. У першому випадку «неумисний» фізичний розвиток відбувається під впливом зовнішнього середовища (природа, сім'я, суспільство), а в другому – «умисне» фізичне виховання здійснюється під впливом фізичних вправ, запланованими педагогом. «Правила цього впливу відповідно до цілей, для яких призначається організм людини, що росте, - писав К.Д.Ушинський, - становлять один із розділів теорії мистецтва виховання, а саме виховання фізичне». Надаючи значення фізичному вихованню як чиннику оздоровлення організму дитини, педагог далекоглядно зазначив: «Гімнастика, як система довільних рухів, спрямованих на доцільну зміну фізичного організму, зміцнення тіла і розвиток тих чи інших органів, але й на попередження хвороб і навіть лікування їх».

Одним із цікавих напрямків наукової роботи К.Д.Ушинського було обґрунтування педагогічних основ цінностей фізичної культури та виховання цих цінностей через набуття звичок і навичок. На його думку, звичка відпрацьовується в несвідомо виконувану потребу, зберігаючи при цьому сили і час людини, яка не буде напружувати свою життєдіяльність. Якщо гарна звичка, наприклад, особиста гігієна, виконання ранкової гімнастики, гігієнічний душ, дотримання режиму дня і відпочинку тощо, за

переконанням педагога, є «моральним капіталом», то погана тією ж мірою є «моральною невиплаченою позикою», яка паралізує найкращі людські починання і може призвести до морального банкрутства (тютюнопаління, пристрасть до алкоголю тощо). Пояснюючи механізм виховання звичок, вчений зазначив, що могутнім стимулом у цьому процесі є приклад дорослих, який діти наслідують у ранньому віці. Якщо навколишнє життя безладне, то дитині неможливо прищепити позитивні для здоров'я звички. Водночас К.Д.Ушинський вірив, що «доки людини живе, вона може змінитися і з глибокої безодні морального падіння стати на вищий ступінь моральної досконалості».

Українська громадськість високо шанує пам'ять видатного педагога К.Д.Ушинського, який зробив значний внесок у розвиток теорії фізичного виховання. Талановитий педагог надавав великого значення фізичним вправам, іграм і фізичній праці як засобам фізичного й розумового розвитку та різнобічного виховання особистості. Головною метою фізичного виховання К.Д.Ушинський вважав не тільки всебічний і гармонійний розвиток особистості, а й підготовку людини до трудової діяльності. Зміст фізичного виховання, на думку К.Д.Ушинського, повинен був включати наступне: загальне поняття про фізичне виховання, його значення; вивчення фізичних і фізіологічних процесів організму людини; мускульний процес, значення мускульної системи для організму; діяльність органів зовнішніх чуттів; нервову систему. Ідеї, які обґрунтував і розвинув К.Д.Ушинський з проблем фізичного виховання, цінностей фізичної культури, впливали і продовжують впливати на розвиток вітчизняних і зарубіжних систем фізичного виховання.

Значну увагу фізичній культурі, фізичному вихованню підрастаючого покоління приділяв педагог-новатор А.С.Макаренко. Він керував дитячою комуніою поблизу Харкова, яка діяла в системі Народного комісаріату внутрішніх справ України. У комуні здійснювали значну культурно-освітню роботу серед комунарів, зокрема великою популярністю користувалися спортивно-фізкультурні секції, приділяли особливу увагу заняттям спортом, іграм, екскурсіям і походам, особистій і суспільній гігієні. Заняття спортом А.С.Макаренко розглядав як одну із цінностей людини і як ознаку культури молоді людини. У лекції «Виховання культурних навичок» він зазначає, що молодь повинна бути не стороннім спостерігачем, вболівальником, а активно займатися тим чи іншим видом спорту. Він писав: «Якщо ваш син з гарячою пристрастю рветься на всі футбольні матчі, знає імена всіх рекордсменів і цифрові дані усіх рекордів, але сам не бере участі ні в одному фізкультурному гуртку, не катається на ковзанах, не бігає на лижах, не знає, що таке волейбол, - користь від такого інтересу до спорту дуже невелика і часто дорівнює шкоді. Так само немає сенсу у зацікавленості шахами, якщо ваша дитина в них не грає. Кожна родина повинна прагнути того, щоб її діти були спортсменами не тільки за бажанням, але й у своєму особистому досвіді».

Значну роль у формуванні ідей тіло виховання відіграли роботи Івана Боберського, сторінки життя якого стали для нащадків прикладом відданості рідному народові, розширили процес національного відродження української фізичної культури. Сучасники І.М.Боберського, визнаючи його великі заслуги перед українським народом, піднесли йому срібну булаву і вшанували почесним званням «Батька української фізичної культури».

Послідовником ідей І.М.Боберського є видатний педагог-мислитель, психолог, теоретик фізичного виховання, творець національної системи тіло виховання професор Г.Г.Ващенко.

За Г.Г.Ващенкою до основних цінностей фізичної культури в українській системі тіло виховання належать такі положення: тіло виховання – це не окрема галузь формування людської особистості, а його органічна частина, яка міцно поєднана з вихованням розумовим, моральним, естетичним; завдання тіловиховання полягає не тільки в тому, щоб зміцнити, здоров'я, розвинути рухові якості, а й сприяти утвердженню духовних сил людини, зокрема зміцненню її волі, вихованню наполегливості, вмінню керувати своїм тілом як знаряддям духу; створена система фізичного виховання не може залишитися незмінною протягом багатьох років. Вона змінюється у зв'язку з новими завданнями, які ставить перед народом історія. Крім того, слід брати до уваги невідпинний розвиток наук, що пов'язані з питаннями тіло виховання; тіло виховання, як і в інші галузі виховання, треба поєднувати із самовихованням. Це означає, що вихованець: а) сам розуміє потребу й сенс фізичного виховання і формування здорового способу життя; б) розуміє завдання, які стоять перед українським народом, і усвідомлює свої обов'язки перед ним; в) не тільки ретельно і з бажанням виконує накази керівників під час походів і занять фізичними вправами, а й за певною системою сам займається тіловихованням. Інакше тіловиховання може перетворитися на муштру, а вона, як відомо, не дає позитивних наслідків у вихованні молоді.

Нинішній етап становлення вітчизняної педагогічної школи відкриває нові можливості для вивчення здобутків ще одного видатного педагога В.О.Сухомлинського. Його науково-практична спадщина багата на традиції народної педагогіки, у наш час є надзвичайно актуальною. Аналіз поглядів В.О.Сухомлинського дав змогу виявити, що принципово важливим при вихованні особистості повинна бути постійна і послідовна турбота про здоров'я молоді як невід'ємного складника навчально-виховного процесу. У його фундаментальних творах, зокрема таких як «Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості», книга «Сто порад учителю», «Серце віддаю дітям» із позиції природничих знань розкрито основи раціонального виховання, дотримання режиму праці та відпочинку для попередження перевтоми, інші питання оздоровлення дитини. З психолого-педагогічних позицій педагог розглядає особливості центральної нервової системи підлітка, надає поради з організації раціонального режиму дня, підкреслює цінності фізичної культури, переконує у позитивному впливі на дитячий організм загартовування.

В.О.Сухомлинський зробив великий внесок у розробку проблем фізичного виховання молоді і прилучення її до цінностей фізичної культури. Видатний педагог писав, що «велику роль у фізичному і духовному розвитку дітей, підлітків, юнацтва відіграють заняття гімнастикою і спортом. Але свою серйозну функцію ці заняття виконують лише тоді, коли вся навчально-виховна робота пройнята турботою про здоров'я, про гармонію фізичного і духовного. Важливо, щоб виконання фізичних вправ приносило насолоду, стало потребою». Система фізичного оздоровлення підрастаючого покоління і молоді, яку розробляв і обґрунтовував у своїх творах В.О.Сухомлинський, може бути найбільш ефективним способом використана в умовах сучасних навчальних закладів.

**Висновки 1.** Підсумовуючи викладене, зауважимо, що теоретична спадщина і досвід класиків педагогіки не втратили своєї актуальності. Їх творче осмислення сприятиме віднайденню дієвих важелів у здійсненні науково обґрунтованого управління процесом підготовки спеціалістів вищої кваліфікації, створенню фундаменту для розроблення теорії і практики використання цінностей фізичної культури у підготовці майбутніх фахівців.

2. Визначені класиками педагогіки пріоритети в роботі школи, професійній підготовці студентів набули нового звучання в сучасних умовах розвитку вищих навчальних закладів і багато в чому визначили подальші перспективи у спрямуванні творчих зусиль науковців і практиків у розробленні психолого-педагогічних аспектів прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури.

#### Література

1. Бодалёв А. А. Личность и обобщение / А. А. Бодалёв – М.: МПА, 1995 – 328 с.
2. Болгаріна В. С. Цінності освіти та виховання / В. С. Болгаріна Ю. І. Терещенко / За редакцією О. В. Сухомлинської – К.: 1997 – с. 16 – 19.
3. Боришевський М. Й. Духовні цінності як детермінанта громадського виховання особистості / М. Й. Боришевський // Цінності освіти та виховання / За редакцією О. В. Сухомлинської – К.: 1997 – с. 21 – 25.
4. Будинайте ГА. Л. Личностные ценности и личностные предпочтения субъекта / ГА. Л. Будинайте, Т. В. Коршелова // Вопросы психологии – 1993 - № 5 – с. 101 – 105.
5. Диагностика двигательных способностей: [учебное пособие] / В. А. Романенко – Донецк: ДонНУ, 2005 – 290 с.
6. Matveev L. Theory and Methods of Physical Education / L.P.Matveev. - М.: FIS, 1991. - 347 p.
7. Physical Education student: Proc. for students. Universities / Ed. IN AND. Ilyinich. - М.: Gardariki, 1999, 448. С.
8. Fizicheskaya culture student: Proc. for the ACT / N. Reshetnikov, Y Kislitsyn. - 8 th ed. - М.: Academy, 2008. – 176 s
9. Kholodov J, Kuznetsov V. Theory and methods of physical education and sport: Textbook. manual for schools. - 3rd Ed. - М: Academy, 2004. - 48 p.
10. V. Shevtsov General principles of the theory and methods of physical training in questions and answers. - Tyumen: PC COE, 1996. - 78 p.

Філатова З.І.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м. Київ

### НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ВНЗ НА ЗАСАДАХ ПРИНЦИПІВ БЕЗПЕКИ ТА ЗАПОБІГАННЯ НЕПЕРЕДБАЧЕНИХ СИТУАЦІЙ

*В статті розглядається аспект навчання плавання студентів спеціальних медичних груп на засадах принципів безпеки та запобігання непередбачених ситуацій, що виникають в ході навчання.*

**Ключові слова:** студенти спеціальних медичних груп, навчання плавання, запобігання непередбачених ситуацій.

**Філатова З.І. Обучение плаванию студентов специального медицинского отделения в системе физического воспитания ВУЗов на основе принципов безопасности и предотвращения непредвиденных ситуаций.** В статье рассматривается аспект обучения плаванию студентов специального медицинского отделения на основе принципов безопасности обучения путем предотвращения непредвиденных ситуаций, возникающих в ходе обучения.

**Ключевые слова:** студенты специального медицинского отделения, обучение плаванию, предотвращение непредвиденных ситуаций.

**Filatova Z.I. Swimming training of special medical groups' students in the system of higher education on the basis of safety principles and unforeseen incident prevention.** The following article covers the subject of teaching swimming to special medical groups' students, on the basis of safety principles, through prevention of unforeseen emergency situations during the learning process.

*Swimming is an important type of dynamic exercising in students' physical education. The task of training special medical groups' students to swim is particularly important, as it is one of the key health-preserving physical activities, the benefits can be felt nationwide.*

*First of all, teaching swimming serves as one of the main means of preventing accidents on the water. Second of all, it is one of the most effective methods of non-drug rehabilitation. Third of all, swimming substantially raises one's social status and adaptability in life.*

*The article puts forth personal methods of surveillance, detecting and responding to emergencies during special medical groups' training, detecting specific signs of incidents (which lead to one of the most common and dangerous "suffocation in water") classifying incidents on the basis of distinct characteristics, as well, as by the number of occurrences. Observing a large number of incidents provided the provided the opportunity to prevent, avoid and handle incidents, thus encouraging obtaining a vital skill of swimming.*

**Key words:** special medical groups' students, swimming training, preventing incidents.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливим видом рухових навантажень у фізичному вихованні студентської молоді є плавання. Особливо актуальними залишаються завдання навчання плавання студентів спеціальних медичних груп як одного з основних здоров'язбережувальних засобів фізичної культури [5], які мають функції державного значення: по-перше, це основний профілактичний засіб запобігання нещасних випадків на воді; по-друге, один з ефективних оздоровчих заходів безмедикаментозної реабілітації; по-третє, суттєво піднімає соціальний статус, адаптує до життєдіяльності та вирішує такі завдання:

оздоровчі – шляхом підбору засобів навчання плавання залежно від захворюваності студентів, урахування характеру та тяжкості їх захворювання (фізичних можливостей), ступеня страху води (очікування настання небезпеки у водному середовищі);