

**ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗАЛУЧЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО
ЗАНЯТЬ СИЛОВИМИ ВПРАВАМИ ТА ЄДИНОБОРСТВАМИ (ХОРТИНГОМ)**

Постановка проблеми. Сучасний етап професійної підготовки майбутніх фахівців неможливо реалізувати без педагогічних технологій всебічного розвитку особистості студентської молоді. Рівень організації навчальних занять у вищих навчальних закладах залежить від удосконалення технології навчання. Сьогодні педагогічна технологія – це спосіб конструювання навчального процесу за схемою, що передбачає визначення загальних цілей, змісту навчання та навчальних цілей, здійснення навчання з оцінювання, подальшою корекцією та виправленням помилок. Здійснення шляхів підвищення ефективності навчально-виховної діяльності з фізичного виховання студентів вимагає перегляду вже існуючих положень про технологію навчання та виховання.

На сучасному етапі фізичне виховання молоді, а отже й нові технології, повинні створюватися на національній основі, беручи з національної культури найкраще й найсуттєвіше. Завдяки історичним відомостям, знанням із різних галузей наук про основи життєдіяльності людини, застосуванню аналізу й синтезу, дедукції та індукції є можливість відтворювати самобутні національні системи фізичного виховання як основи для сучасних технологій фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів. Елементами для їх відтворення є накопичений поколіннями досвід використання бойових мистецтв та єдиноборств із самобутніми гімнастичними, танцювальними, психофізичними вправами, які мають наукове обґрунтування, що базується на сучасних знаннях із фізіології людини, психології, педагогіки, теорії і методики фізичного виховання. Це, насамперед, стосується національних єдиноборств (хортинг) і фізичних вправ силової спрямованості, методика яких побудована на основі інноваційних технологій фізичного виховання. Застосування сучасних технологій передбачає використання здобутків у галузі фізичного виховання всього людства, але вони повинні впроваджуватися з урахуванням ментальності українського народу як національні виховні, педагогічні системи. Важливими є також сучасні інноваційні технології педагогічного процесу з фізичного виховання сформовані на гуманістичних принципах, які передбачають виховання самодостатньої особистості, патріота своєї країни. Тому розробка та впровадження сучасних педагогічних технологій залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) є дуже актуальною проблемою вищих навчальних закладів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення наукових досліджень Л. Б. Жестяннікова [1], Г. Д. Іванова [2], Л. І. Лубишевої [3], Л. П. Матвєєва [4], Г. І. Попова [5], В. Н. Селуянова [6] та інших із проблеми сучасних технологій фізичного виховання студентів засвідчує, що технології фізичного виховання є різновидом педагогічних технологій. Тому сутність, зміст і структура технологій фізичного виховання та залучення студентської молоді до занять силовими вправами й єдиноборствами (хортингом) мають бути подібними до педагогічних технологій і розроблятися таким чином, щоб вони були оптимально розвивальними й при їх застосуванні створювалися сприятливі передумови для перебігу виховного процесу. Це пов'язано з тим, що для студентів головною метою фізичного виховання є формування стійкої мотивації до систематичних занять фізичними вправами, покращення рівня фізичної культури, поглиблення знань про фізичне тренування як із спортивною, так і оздоровчою спрямованістю. Для студентів ВНЗ розвиток фізичних якостей, рухової активності, зміцнення фізичного здоров'я, опанування вміннями та навичками фізичних вправ є основними напрямками фізичного виховання й змістовним наповненням залучення їх до занять силовими вправами, єдиноборствами (хортингом).

Зв'язок роботи з важливими науковими програмами або практичними завданнями. Тема дослідження є складовою науково-дослідної роботи лабораторії фізичного розвитку Інституту проблем виховання НАПН України, дослідження виконано в

рамках наукової теми: „Організаційно-методичні основи фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах“, державний реєстраційний номер 0107U000271, що здійснювалась на кафедрі фізичного виховання Національного технічного університету України „Київський політехнічний інститут“.

Формування цілей роботи полягає у визначенні педагогічних технологій залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) в процесі фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Підвищення ефективності педагогічного процесу з фізичного виховання.

У дослідженні було використано такі **методи**: аналіз літературних джерел, визначення педагогічних технологій в процесі навчальної діяльності.

Результати дослідження. Основними шляхами підвищення ефективності педагогічного процесу у вищих навчальних закладах є такі: інноваційне проектування; впровадження передового педагогічного досвіду; оптимізація, інтенсифікація, інформатизація навчального процесу; використання активних форм та методів навчання, запровадження особистісного орієнтованих педагогічних технологій. Аналіз педагогічної літератури свідчить, що термін „педагогічна технологія“ означає мистецтво викладача в створенні, використанні, визначенні всього процесу викладання та засвоєння знань, процес взаємодії викладача та студента, який складається з двох тісно пов'язаних між собою видів діяльності – викладання та навчання, а також наукове проектування та точне відтворення педагогічних дій, що гарантують успіх. Оскільки технологія навчання та виховання є педагогічними й розробляються, запроваджуються на основі законів психолого-педагогічної науки, а реалізуються безпосередньо у навчально-виховній взаємодії викладача та студента. Досліджуючи особливості впровадження педагогічних технологій у практику фізичного виховання вищих навчальних закладів ми звернули увагу, що безпосередня складність цього процесу виявляється в неготовності до сприйняття нового викладачами та студентами в зв'язку з низькою фізкультурною освіченістю. Їм важко сприймати нове з позиції своєї необізнаності й недовіри до „екзотичних“ видів занять фізичними вправами. Багатьом викладачам із великим досвідом роботи важко переглянути свої погляди на сучасну систему фізичного виховання студентів. У них сформувалася звичка до роботи за старими визначеними й перевіреними на практиці „шаблонами“. Але сьогоднішній стан у суспільстві має вплинути й на процес реорганізації освіти в галузі фізичного виховання, створивши умови для розвитку особистості та залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом).

Для успішного впровадження й використання педагогічних технологій залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) потрібно знати, як впливають різні оздоровчі технології на організм, розумову сферу, емоції та психічний стан особистості молодого людини. Одним із напрямів покращення процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах є застосування педагогічних технологій організації діяльності студентської молоді. Сутність цієї технології полягає у розробці нових організаційних і методичних підходів до вдосконалення системи фізичного виховання, в якій ураховуються індивідуальні інтереси та створюються умови до здорового способу життя.

Сучасні педагогічні технології фізичного виховання також спрямовані на розвиток розумових здібностей студентів. Наші дослідження визначили такі їх складові, як інтуїція, інтелект, пам'ять, аналітичні здібності, логічне та образне мислення тощо. Під впливом занять фізичною культурою та спортом особливо інтенсивно розвивається оперативний вид мислення, що безпосередньо входить до їхньої діяльності, навчання, заняття фізичними вправами, єдиноборствами. Тобто в цих умовах оперативне мислення має діяльнісний характер, одже пов'язане з діями в їх моторному, практичному сенсі. Це спостерігається після певного періоду навчальних занять з фізичного виховання коли відбуваються позитивні зміни в організмі та розумовій сфері студентів.

Одним із важливих завдань фізичного виховання, а отже й педагогічних технологій залучення студентів до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) є ті емоції, які виникають у студентів під час виконання фізичних вправ. Тому в процесі

фізичного виховання дуже важливим є контроль викладача над тими емоціями, які виникають у студентів протягом занять. Адже відомо, що позитивні емоції покращують стан функціонування організму, перебіг психічних процесів, впливають на формування позитивного ставлення до фізичного виховання, у тому числі й до його новітніх технологій. Отже, залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) за допомогою педагогічних технологій сприяє розвантаженню емоційної сфери особистості, зняттю психологічних перепон для нормального розвитку особистості й тих компонентів, які виникли у молодій людині з різних причин. У цих випадках педагогічні технології фізичного виховання мають стати тим інструментом, який, по-перше, визначає, які студенти потребують допомоги від викладача; по-друге, визначає, які види психологічних негараздів є у конкретної особи.

На сучасному етапі педагогічні технології залучення студентів до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) слід розробляти відповідно до певних принципів організації навчального процесу у вищих навчальних закладах, а саме: цілісності педагогічної технології, яка має відповідати певній педагогічній системі та базуватися на наукових дослідженнях; інформативності, всебічного забезпечення технології, що створює оптимальні умови для педагогічного процесу; адаптованості педагогічного процесу до особистості студента, його здібностей; діагностичності, можливості здійснення контрольної-діагностичних та коригувальних процедур; технологічності, відтворення технології в конкретному педагогічному середовищі для досягнення конкретних педагогічних цілей.

До структури педагогічних технологій залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) входять: організація на навчальних заняттях із фізичного виховання технології створення позитивної мотивації до занять силовими вправами та єдиноборствами, індивідуалізації та диференціації навчання, технології групової та колективної взаємодії, інформаційні технології, а також технології творчого розвитку особистості та ціннісного ставлення до свого здоров'я (рис. 1).

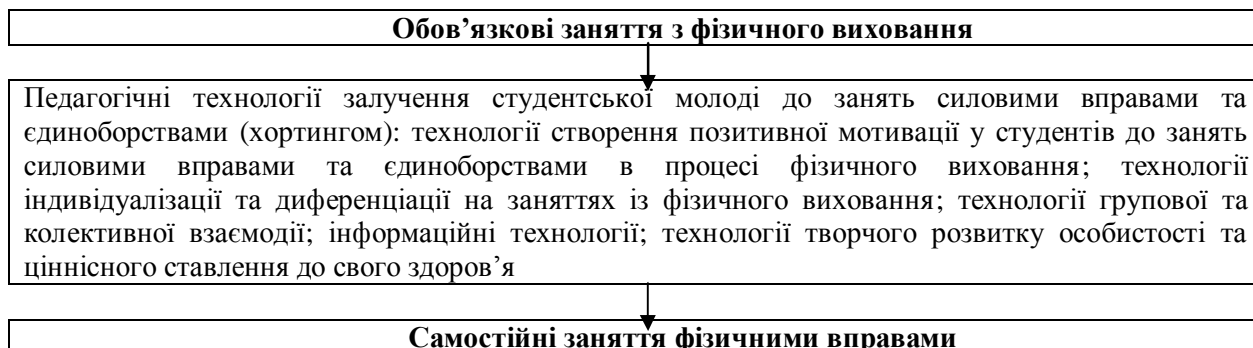


Рис. 1. Структура педагогічних технологій залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом).

Технологія створення позитивної мотивації в студентів до занять силовими вправами та єдиноборствами в процесі фізичного виховання була спрямована на взаємозв'язок внутрішньої та зовнішньої мотивації, яка сприяла ефективному формуванню позитивного ставлення до занять силовими вправами та єдиноборствами. Наявність внутрішньої мотивації спонукала студентів до здійснення певних дій, спираючись на особисті бажання, оскільки результат цих дій сприяв оновленню їхнього внутрішнього світу. Зовнішня мотивація в навчально-виховному процесі підпорядковується вимогам суспільства щодо формування здорової молоді, культури здоров'я та фахової підготовки студентів. Орієнтація на позитивне ставлення до занять силовими вправами та єдиноборствами повинно бути внутрішнім переконанням студентів, результатом їхніх власних прагнень й особистісного вибору. Завдання викладача на цьому етапі полягало саме в створенні сприятливого підґрунтя для позитивної мотивації в студентів до занять силовими вправами та єдиноборствами.

Технології індивідуалізації та диференціації на заняттях із фізичного виховання багато в чому залежить від визначення пріоритетів у виборі форм і методів здійснення навчальних

заходів. При цьому потрібно враховувати, що визначаючи право кожної людини бути індивідуальністю, а отже мати свій неповторний шлях розвитку, професійна освіта студентів повинна забезпечувати їм можливість йти своїм шляхом у процесі навчання в умовах вищих навчальних закладів. Технологія індивідуалізації залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) передбачає врахування індивідуальних особливостей студентів. Стосовно диференційованого навчання, яке передбачає оптимальне поєднання групових, індивідуально-групових та індивідуальних форм навчання то здебільшого розглядається як конкретна організаційна форма, що створює сприятливі умови для реалізації принципу індивідуального підходу, тобто здійснює глибоке вивчення індивідуальних особливостей студентів і на цій основі формує типологічні навчальні групи.

Технології групової та колективної взаємодії на навчальних заняттях із фізичного виховання використовують для створення дружніх взаємостосунків у типологічних навчальних групах. Це дає можливість якісно покращити організацію навчального процесу, сприяє стабільності взаємовідносин у групі та активному прагненню студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом). Однією з найбільш ефективних технологій групової і колективної взаємодії є вирішення різноманітних виробничих ситуацій та групова дискусія як спосіб організації спільної діяльності з метою інтенсифікації прийняття рішень у групі за допомогою обговорення певного питання або проблеми.

Розвиток інформаційних технологій, які набагато прискорили процес обробки інформації, стали необхідними для проведення деяких змін у системі фізичного виховання, яка створювалась у період, коли інформаційні технології тільки почали розробляти. Також стара система фізичного виховання, яка в дечому залишилася незмінною, не має того потужного інформаційного підґрунтя, яке існує сьогодні, і тому вимагає деяких змін і реформаций. Інформаційні технології залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) є найбільш актуальним при вивченні предмету „Фізичне виховання“ та застосовуються для організації обов'язкових занять із фізичного виховання та самостійних занять фізичним вправами.

Педагогічні технології творчого розвитку особистості в навчальному процесі відкривають шлях до технологізації педагогічної творчості, створення технологій творчого розвитку суб'єктів педагогічної взаємодії як технологій кращого вибору й конструювання, сприяють розвитку творчих якостей особистості. До різновидів педагогічної технології творчого розвитку особистості належать інноваційні технології фізичного виховання. При їх застосуванні необхідно створювати сприятливі передумови для перебігу виховного процесу, це пов'язано з тим, що для студентів головною метою фізичного виховання є подальше покращення рівня фізичної культури, поглиблення знань про фізичну підготовленість, формування позитивного ставлення до систематичних занять фізичними вправами як із спортивною, так і оздоровчою спрямованістю.

Висновки. Таким чином, впровадження педагогічних технологій залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) дало можливість підвищити ефективність організації навчальних занять із фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Впровадження педагогічних технологій у навчальний процес студентів сприяло реалізації природних здібностей і адаптаційних можливостей організму молоді, підвищенню фізичної підготовленості, покращенню функціонального стану організму, необхідного для повноцінної індивідуальної життєдіяльності.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку будуть спрямовані на удосконалення педагогічних технологій прилучення студентської молоді до самостійних занять фізичними вправами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Жестянников Л. Б. Физическая культура и спорт: современные проблемы и современные решения / Л. Б. Жестянников // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 3. – С. 48.
2. Иванов Г. Д. Физическое воспитание в вузе как часть физической культуры / Г. Д. Иванов // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 7. – С. 18–19.

3. Лубышева Л. И. Кадровая поддержка развития инновационных процессов в физическом воспитании / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 1. – С. 2–5.
4. Матвеев Л. П. Интегративная тенденция в современном физкультуроведении / Л. П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 5–8.
5. Попов Г. И. Методологические подходы к разработке новых психофизических и психобиологических технологий / Г. И. Попов // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 5. – С. 24–26.
6. Селуянов В. Н. Научные и методические основы разработки инновационных спортивных педагогических технологий / В. Н. Селуянов // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 9–12.
7. Сичов С. О. Прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури : теоретико-методичні засади: [монографія] / С. О. Сичов. – К. : НТУУ „КПІ“, 2010. – 436 с.

REFERENCES

1. Zhestiannikov, L. B. (2000). *Fizicheskaia kultura i sport: sovremennyye problemy i sovremennyye resheniia* [Physical culture and sports: modern problems and modern solutions]. In *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury*, 3 (p. 48).
2. Ivanov, H. D. (1993). *Fizicheskoe vospitaniie v vuze kak chast fizicheskoi kultury* [Physical education in the high school as part of physical culture]. In *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury*, 7 (pp. 18–19).
3. Lubysheva, L. I. (1997). *Kadrovaia podderzhka razvitiia innovatsionnykh protsesov v fizicheskom vospitanii* [Staff support of the development of innovative processes in physical education]. In *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury*, 1 (pp. 2–5).
4. Matveev, L. P. (2003). *Integrativnaia tendentsiia v sovremennom fizkulturovedenii* [Integrative tendency in modern physical education]. In *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury*, 5 (pp. 5–8).
5. Popov, H. I. (1998). *Metodologicheskie podkhody k razrabotke novykh psikhofizicheskikh i psikhobiologicheskikh tekhnolohii* [Methodological approaches to the development of new psycho-physical and psycho-biological technologies]. In *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury*, 5 (pp. 24–26).
6. Seluianov, V. N. (2013). *Nauchnye i metodicheskie osnovy razrabotki innovatsionnykh sportivnykh pedahohicheskikh tekhnolohii* [The scientific and methodological basis for the development of innovative sports pedagogical technology]. In *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury*, 5 (pp. 9–12).
7. Sychov, S. O. (2010). *Pryluchennia studentskoi molodi do tsinnostei fizychnoi kultury: teoretyko-metodychni zasady* [Familiarizing of students to the values of physical education: theoretical and methodological foundations]. Kyiv: NTUU „KPI“.

Сергій Сичов.

Педагогічні технології залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом).

В статті розкриваються шляхи підвищення ефективності навчальних занять із фізичного виховання та визначені педагогічні технології залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) у вищих навчальних закладах. Педагогічні технології – це спосіб конструювання навчального процесу за схемою, що передбачає визначення загальних цілей, змісту навчання, здійснення навчання з оцінювання, подальшою корекцією та виправленням помилок. Для успішного впровадження й використання педагогічних технологій залучення студентської молоді до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом) потрібно знати, як впливають різні оздоровчі технології на організм, розумову сферу, емоції та психічний стан особистості молоді людини. В процесі дослідження нами були застосовані педагогічні технології створення позитивної мотивації у студентів до занять силовими вправами та єдиноборствами в процесі фізичного виховання, технології індивідуалізації й диференціації; технології групової та колективної взаємодії; інформаційні технології; технології творчого розвитку

особистості та ціннісного ставлення до свого здоров'я. Результати впровадження педагогічних технологій в навчальний процес із фізичного виховання дозволив підвищити ефективність занять, покращити функціональний стан студентів і залучити їх до занять силовими вправами та єдиноборствами (хортингом).

Ключові слова: педагогічні технології, студенти, силові вправи, єдиноборства, хортинг, фізичне виховання, фізична культура, мотивація, диференціація, індивідуалізація, творчість, особистість.

Sergiy Sychov.

National Technical University of Ukraine „Kyiv Polytechnic Institute“ (Verhnoklyuchova Str. 1/26, Kiev, Ukraine).

Pedagogical technology of familiarizing students for classes strength training and martial arts (horting).

The article describes ways to improve the effectiveness of training physical education classes and the pedagogical technology of students' familiarizing to classes in martial arts and strength training (horting) in higher educational institutions. Pedagogical technologies – it is a way of constructing the educational process by the scheme, which provides the definition of common objectives, learning content, provide learning with estimation, further correction and mistake correction. For the successful implementation and use of educational technologies of familiarizing students to classes in martial arts and strength training (horting) need to know how to affect a variety of health technology on the body, the mental sphere, emotions and psychological state of the individual young person. In the research process, we used pedagogical technology of creation a positive motivation of students for strength training and martial arts in physical education; technology individualization and differentiation; technology of individual and group collaboration; information technology; technology of creative personality development and valuable relation to health. The result of pedagogical technology implementation in the teaching process in physical education has enhanced the efficiency of lessons, improved functional status of students and attaching them to strength training exercises and martial arts (horting).

Key words: educational technology, students, strength exercises, martial arts, horting, physical education, physical culture, motivation, differentiation, individualization, creativity, personality.

Сергей Сычѳв.

Педагогические технологии приобщения студенческой молодежи к занятиям силовыми упражнениями и єдиноборствами (хортингом).

В статье раскрываются пути повышения эффективности учебных занятий по физическому воспитанию и определены педагогические технологии приобщения студенческой молодежи к занятиям силовыми упражнениями и єдиноборствами (хортингом) в высших учебных заведениях. Педагогические технологии – это способ конструирования учебного процесса за схемой, которая предусматривает определения общих целей, содержания обучения, проведение обучения с оцениванием, дальнейшей коррекцией и исправлением ошибок. Для успешного внедрения и использования педагогических технологий приобщения студенческой молодежи к занятиям силовыми упражнениями и єдиноборствами (хортингом) необходимо знать, как воздействуют различные оздоровительные технологии на организм, умственную сферу, эмоции и психологическое состояние личности молодого человека. В процесс исследования нами были использованы педагогические технологии создания положительной мотивации у студентов к занятиям силовыми упражнениями и єдиноборствами в процессе физического воспитания; технологии индивидуализации и дифференциации; технологии группового и коллективного взаимодействия; информационные технологии; технологии творческого развития личности и ценностного отношения к своему здоровью. Результат внедрения педагогических технологий в учебный процесс по физическому воспитанию позволил повысить эффективность занятий, улучшил функциональное состояние студентов и приобщил их к занятиям силовыми упражнениями и єдиноборствами (хортингом).

Ключевые слова: педагогические технологии, студенты, силовые упражнения, єдиноборства, хортинг, физическое воспитание, физическая культура, мотивация, дифференциация, индивидуализация, творчество, личность.