

УДК 796.035

**О. Т. Кузнєцова,**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

kuz\_lena@ukr.net

ORCID: 0000-0003-0536-421X

**А. М. Пасевич,**

старший викладач, голова спортивного клубу "Водник"

i.pasevit@mail.ru

(Національний університет водного господарства та природокористування, м. Рівне)

ORCID: 0000-0002-1196-3916

## СИСТЕМНІ МЕХАНІЗМИ ЗАСТОСУВАННЯ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПОЗНАВАЧАЛЬНИХ ФОРМАХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

*В статті розкрито досвід застосування оздоровчих технологій, що базується на використанні засобів та форм занять з фізичного виховання. Розроблені системні механізми застосування оздоровчих технологій за місцем проживання студентів. За основу впровадження педагогічних технологій в освітньому просторі сучасного вищого навчального закладу має бути покладено правило, що декларує не жорстку їх залежність від планових занять з фізичного виховання, а їх системну організацію, як в процесі навчальної, так і в позанавчальній діяльності.*

**Ключові слова:** фізичне виховання, оздоровчі технології, системні механізми, форми занять.

**Постановка наукової проблеми.** Системне пізнання та перетворення методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання передбачало розгляд існуючого об'єкта діяльності в теоретичному і практичному аспектах як системи. Проведений теоретичний аналіз та узагальнення наукової та методичної літератури, вивчений педагогічний досвід вітчизняних та зарубіжних вищих навчальних закладів (ВНЗ). Це дало можливість визначити склад, структуру і організацію елементів і частин методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів, виявити основні напрямки взаємодії між ними.

Враховуючи всі особливості у формуванні оздоровчої компетентності майбутніх фахівців, був обраний системний підхід для аналізу даної проблеми. На наш погляд, конструювання навчального процесу під час професійної підготовки майбутніх фахівців у ВНЗ має вивчатися в структурній єдності всіх компонентів. Орієнтація на включення різних аспектів аналізу в навчальний процес студентів задає системний підхід, основні положення якого орієнтовані на інтегративні процеси, на синтез цілого. Проблема системного підходу, як основи конструювання навчального процесу, в даний час знаходиться лише в стадії інтенсивного осмислення: уточнюються її цілі, форми та напрями, зміст і методичні шляхи реалізації (І. В. Блауберг, Ф. Ф. Корольов, Н. В. Кузьміна, А. П. Огаркова, І. Т. Огородніков, Ф. І. Перегудов, Ф. П. Тарасенко, В. В. Рубцов, В. Н. Садовський, М. М. Похомов, В. А. Северцев, Ю. В. Тимофєєва, А. І. Уйомов та ін.).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** За результатами аналізу наукових джерел встановлено, що питання гуманізації навчання висвітлювалися у дослідженнях А. В. Беляєва, М. Н. Берулави, В. А. Караковського, І. Б. Котова, Е. А. Ямбург; особистісно орієнтований підхід до освіти – у роботах Н. А. Алексєєва, Є. В. Бондарєвської, В. В. Серікова, І. С. Якиманської; питання управління системою освіти – у працях М. В. Артюхова, Н. І. Бабкіна, В. П. Сергєєвої, Г. Н. Серікова, В. П. Симонова, С. М. Сантурової, В. А. Шаповалова; ідеї системно-цілісного підходу до педагогічних явищ і процесів – у дослідженнях В. В. Краєвського, Б. П. Єсіпова, С. І. Архангельського, В. П. Беспалько, М. А. Данилова, Н. І. Кузнєцової, А. О. Левіна, Л. І. Новікової та ін. Вивчення проблеми системного підходу, як основи модернізації навчального процесу, знайшло своє відображення у працях П. К. Анохіна, І. В. Блауберга, М. А. Данилова, Т. А. Ільїної, Т. І. Дмитриєнко, Ф. Ф. Корольова, Н. В. Кузьміної, Б. Ф. Ломова, В. Н. Садовського, Г. П. Грибана та інших науковців.

Теоретичний аналіз літератури свідчить, що системний підхід до фізичного виховання студентів дає можливість досліджувати цей феномен як складний, багаторівневий процес, що постійно розвивається і має певну структуру. З іншого боку, методологія системного підходу передбачає поєднання в єдине ціле форм, методів і засобів оздоровчих технологій та уможливує побудову моделі означеного процесу як методичної системи.

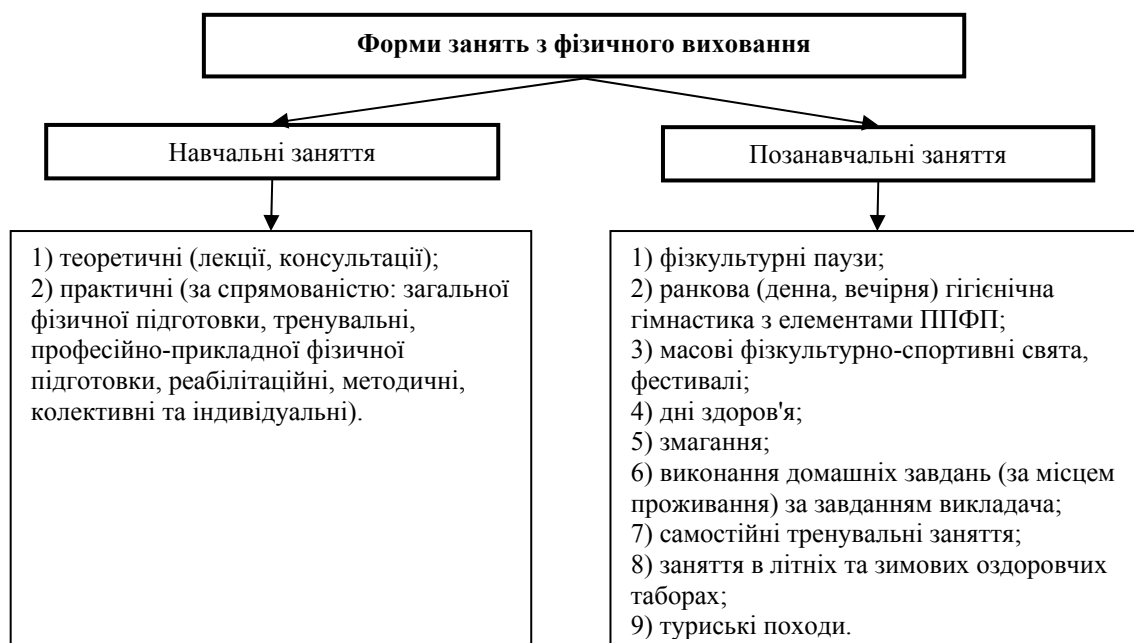
**Мета дослідження:** розробити системні механізми застосування оздоровчих технологій у позанавчальних формах фізичного виховання студентів.

**Завдання дослідження.** 1. Розкрити досвід застосування оздоровчих технологій, що базується на засобах та формах занять з фізичного виховання.

2. Описати системні механізми застосування оздоровчих технологій за місцем проживання студентів.

**Виклад матеріалу дослідження.** Основним напрямом оновлення методичної системи ми вважали за доцільне втілення всіх форм фізкультурно-оздоровчої роботи з використанням сучасних педагогічних технологій. Освітній простір ВНЗ має бути насичений різними формами рухової активності, що містять нозологічні спрямовані фізичні вправи. Всі вони повинні бути пов'язані в систему, що забезпечує регульовану їх взаємодію. Упорядкована взаємодія різних форм занять фізичними вправами, взаємозв'язок їх змісту і рівнів, забезпечують керованість процесу фізичного виховання студентів з ослабленим здоров'ям відповідно до норм, вікових параметрів та нозологічних особливостей. Це являє собою систему педагогічного регулювання процесом фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення.

З одного боку, мають використовуватися традиційні форми фізичного виховання (рис. 1), з іншого – задля підвищення ефективності фізкультурно-оздоровчої роботи слід традиційні форми наповнювати інноваційними методами і засобами навчання [1]. Класифікуючи форми занять з фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення, можна стверджувати, що кожна з них відіграла своє важливе значення у зазначеному аспекті. Між тим, найбільшого ефекту у досягненні мети проектуємої методичної системи – підвищення результативності фізкультурно-оздоровчої діяльності учасниками навчально-виховного процесу – можливо було досягти за умови їх тісного взаємозв'язку.



**Рис. 1. Форми занять з фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення**

Базовою складовою змістово-процесуального блоку оновленої методичної системи були оздоровчі технології, які включали в себе значну кількість видів рухових програм з використанням фізичних вправ різної інтенсивності та впливу адресної спрямованості; батареї тестових рухових завдань, що характеризують рівень розвитку і прояв фізичних якостей (рівень фізичної підготовленості), а також комплекс психолого-педагогічних тестів, опитувальників, що дозволяють визначити особисту необхідність у проведенні занять, ступінь сформованості мотивації тощо.

Таким чином, під *системою застосування оздоровчих технологій* розуміється педагогічний процес цілеспрямованої дії фізичних вправ на людину силами природи, гігієнічних чинників з метою зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних спроможностей, формування і покращання основних життєво важливих рухових навичок, умінь та пов'язаних із ними знань, забезпечення готовності людини до активної участі у суспільному, виробничому і культурному житті [2: 10].

В основу теоретичного обґрунтування оздоровчих технологій покладені дослідження провідних вітчизняних і зарубіжних фахівців, які свідчать про позитивний вплив засобів оздоровчої фізичної культури на організм студентської молоді (Г. П. Грибан, 2012–2016; С. І. Присяжнюк, 2008–2014; О. О. Горелов, 2014; В. Л. Кондаков, 2013–2015; О. Г. Румба, 2011; С. М. Футорний, 2015). Основною ідеєю цих дослідників було включення в повсякденну і навчальну діяльність самостійних занять з фізичної підготовки. Даний підхід був адаптований до кліматично-географічних умов місцевості, в яких знаходиться ВНЗ, до умов побуту студентів, до спортивної бази тощо.

Наступний етап системної інтерпретації результатів дослідження полягав у визначенні місця оздоровчих технологій в освітньому просторі ВНЗ. Дуже важливо, щоб кожна технологія ефективно функціонувала саме в системі, була її елементом, який був би взаємопов'язаний з іншими елементами цієї системи. Метою отримання сфокусованого корисного результату є забезпечення на психофізіологічному рівні готовності до засвоєння навчальних планів, надійності функціонування всіх органів і систем організму та забезпечення стійкої розумової і фізичної працездатності в процесі навчальної та життєдіяльності. В основу використання оздоровчих технологій в освітньому просторі сучасного ВНЗ було покладено правило, що декларує не жорстку залежність від планових занять з фізичного виховання, а їх системну організацію, як в процесі навчальної, так і в позанавчальної діяльності. При цьому обов'язковою умовою було сумарне забезпечення оптимального рівня рухової активності, що обумовлювалося, в першу чергу, тим, що двох навчальних занять в тиждень по дві академічні години (90 хв.) недостатньо для вирішення проблеми поповнення дефіциту рухової активності студентів, тим більше, що реальна тривалість цих занять далеко не відповідає дійсності [3: 33–34].

Вирішуючи одне з завдань даного дослідження, опишемо механізми застосування оздоровчих технологій у позанавчальній фізкультурно-оздоровчій роботі – за місцем проживання студентів (рис. 2).

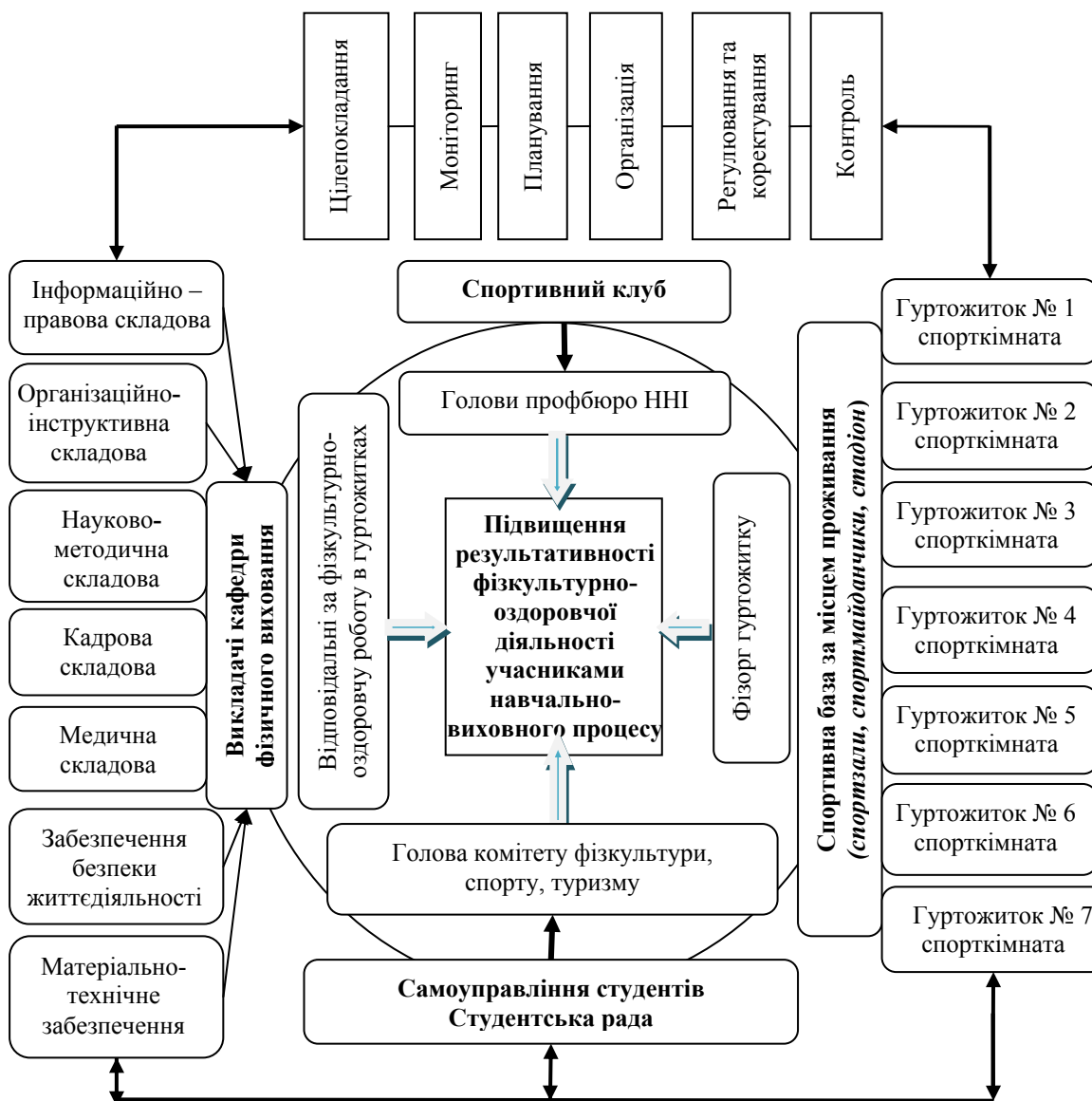


Рис. 2. Системні механізми застосування оздоровчих технологій за місцем проживання студентів

Як було підкреслено вище, визначальну роль у цілісному функціонуванні методичної системи мають взаємозв'язки, тому що тільки за умови активної взаємодії викладача і студентів виникає власне процес навчання, як цілісне явище [4]. Окрім того, у педагогічній системі мають місце причинно-наслідкові та

ієрархічні зв'язки, а також зв'язки функціонування і розвитку. Основними системоутворюючими зв'язками, які забезпечують нормальне функціонування педагогічної системи і її розвиток, є зв'язки управління. Зв'язки управління виявляються, перш за все, в керівній діяльності викладача щодо організації і регулювання діяльності студентів. Весь процес навчання пронизується в одному випадку безпосереднім, а в іншому опосередкованим керівництвом з боку педагогів [4]. Управління охоплює і зв'язує всі структурні компоненти педагогічної системи єдиними цілями функціонування.

Функціональна модель методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів розглядалася нами з точки зору цілепокладання, моніторингу, планування, організації, регулювання та коректування, контролю, динамічності, гнучкості, оперативності забезпечення всіх можливих "умов для готовності реалізації випереджуючої функції" [4: 11]. Таким чином, процес застосування оздоровчих технологій за місцем проживання студентів являє собою складну багатокомпонентну систему, яка включає в себе підсистеми блоків, об'єктів і суб'єктів діяльності, матеріально-технічне, кадрове та інформаційне забезпечення, фінансування та інше. Кожний блок системи складається з елементів із зв'язками, функціональними і змістовними характеристиками для кожного з них. При відносній самостійності вони тісно взаємопов'язані всередині загальної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів [5; 6].

Організацію спортивно-оздоровчих заходів (змагань, розваг, ігор, свят, фестивалів тощо) в університеті в позанавчальний час здійснюють спортивний клуб, комітет фізкультури, спорту та туризму Студентської ради НУВГП, голови профбюро навчально-наукових інститутів, організаційний комітет. Активно займаються фізичною культурою та спортом понад 3 тисячі студентів. Щорічно проводиться близько 30 змагань серед студентів і працівників університету, які мають можливість займатися в позанавчальний час обраними видами рухової активності [7].

В студмістечку НУВГП компактно розташовано сім студентських гуртожитків. Щорічні змагання спартакіади студмістечка проводяться з метою пропаганди здорового способу життя та підвищення ефективності роботи щодо залучення до систематичних занять фізичною культурою та спортом студентів. Завданнями спартакіади є популяризація запропонованих у програмі видів спорту серед мешканців студмістечка; визначення кращих спортсменів, комплектування збірних команд інститутів для участі у фінальних змаганнях універсиади НУВГП (проведення першого етапу універсиади); подальший розвиток видів спорту, що входять до базової програми з фізичного виховання вищих навчальних закладів; розповсюдження досвіду кращих гуртожитків університету з організації та проведення фізкультурно-оздоровчої роботи.

Програма спартакіади студмістечка НУВГП складається з 7-ми видів спорту: перетягування канату, шахи, шашки, армспорт, гирьовий спорт, настільний теніс, міні-футбол. Учасниками змагань можуть бути лише студенти і аспіранти НУВГП денної форми навчання, мешканці гуртожитків, які пройшли медичний огляд і допущені лікарем до змагань. Змагання з видів спорту згідно положення тривають щорічно із жовтня по квітень. Для проведення змагань використовуються споруди спортивного комплексу та спортивні кімнати гуртожитків. В усіх гуртожитках НУВГП є спортивні кімнати, які обладнані спортивним устаткуванням та інвентарем. За кожним із гуртожитків закріплений викладач кафедри фізичного виховання і фізорг з числа студентів, які проживають в даному гуртожитку. Відповідальні за спортивно-масову та оздоровчу роботу в гуртожитках здійснюють планування, організацію і проведення масових, оздоровчих, фізкультурних і спортивних заходів, комплектацію збірних команд гуртожитків, підготовку і організацію їх для участі в спартакіаді студмістечка університету, вносять на розгляд студентської ради питання з фізичного виховання та масового спорту студентів за місцем проживання, координують діяльність спортивного активу гуртожитків зі спортивним клубом НУВГП.

В гуртожитках відбуваються відбіркові змагання до спартакіади студмістечка НУВГП, в яких беруть участь близько 25,02 % студентів із числа тих, хто проживає в гуртожитку, а кращі з них – 10,08 % від загальної кількості студентів, що проживають в гуртожитку – змагаються у спартакіаді.

Мешканці гуртожитків у вільний від навчання час постійно займаються в спортивних кімнатах. Їх відсоток складає 30,24 % від числа усіх студентів, які проживають в гуртожитку. Таким чином, більша частина студентів залучена до занять фізичною культурою і спортом у вільний від навчання час (55,00–65,00 %). Під час проведення спортивних заходів формуються елементи самоуправління. Студенти організовують змагання, судять, формуються як лідери і особистості, адже сучасні фахівці працюють не тільки з технікою, але і з людьми.

**Висновки.** В основу використання оздоровчих технологій в освітньому просторі сучасного ВНЗ має бути покладено правило, що декларує не жорстку їх залежність від планових занять з фізичного виховання, а їх системну організацію, як в процесі навчальної, так і в повсякденній діяльності. В цілому, отримані результати можуть бути застосовані в галузі педагогіки, фізичної культури і спорту з метою підвищення ефективності практичної діяльності та розширення бази теоретичних і експериментальних знань з проблеми оздоровлення студентської молоді.

**Перспективи подальших розвідок** спрямовані на визначення ефективності функціонування методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Грибан Г. П. Системний підхід у навчальному процесі з фізичного виховання / Г. П. Грибан // Педагогічні науки : [зб. наукових праць Полтавського національного педагогічного університету ім. В. Г. Короленка]. – Вип. 55. – Полтава, 2012. – С. 74–79.
2. Теорія і методика фізичного виховання : [підручник для студентів вузів фізичного виховання і спорту в 2 т.] / За ред. Т. Ю. Круцевич. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – К. : Олімпійська література, 2008. – 392 с.
3. Кондаков В. Л. Системные механизмы конструирования физкультурно-оздоровительных технологий в образовательном пространстве современного вуза : авт. дис. ... д. п. н. С-Пб, 2013. – 50 с.
4. Дмитриенко Т. И. Системный подход как основа конструирования учебного процесса в профессиональной подготовке будущих специалистов в вузе : автореф. дис. ... канд. пед. н. : 13.00.08 – "Теория и методика профессионального образования" / Т. И. Дмитриенко. – Ставрополь, 2006. – 22 с.
5. Кузнецова О. Т. Системний підхід як засіб управління якістю навчання студентів у вищому навчальному закладі / О. Т. Кузнецова // Науковий вісник Кременецької гуманітарно-педагогічної академії ім. Тараса Шевченка. Серія "Педагогіка" // За заг. ред. Ломаковича А. М., Бенери В. Є. – Кременець : ВЦ КОГПА ім. Тараса Шевченка, 2015. – Вип. 5. – С. 80–87.
6. Кузнецова Олена Педагогічна взаємодія як основа системного підходу у педагогіці та дидактиці вищої школи / Олена Кузнецова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія : "Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт". – Чернігів, 2015. – Випуск 129. – Т. 1. – С. 142–146.
7. Кузнецова О. Т. Особливості організації фізичного виховання студентів за місцем проживання / О. Т. Кузнецова, А. М. Пасевич, Л. А. Петрук // [Сучасні технології формування особистості фахівця з фізичного виховання, спорту і основ здоров'я] Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія : "Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт". – Чернігів, 2012. – Вип. № 98. – Том III. – С. 249–251.

#### REFERENCES (TRANSLATED & TRANSLITERATED)

1. Hryban H. P. Systemnyi pidkhd u navchal'nomu protsesi z fizychnoho vykhovannia [Systematic Approach in the Educational Process of Physical Education] / H. P. Hryban // Pedagogichni nauky [Pedagogical Sciences] : [zb. naukovykh prats' Poltavs'koho natsional'noho pedagogichnoho universytetu im. V. H. Korolenka]. – Vyp. 55. – Poltava, 2012. – S. 74–79.
2. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia [Theory and Methods of Physical Education] : [pidruchnyk dlia studentiv vuziv fizychnoho vykhovannia i sportu v 2 t.] / Za red. T. Yu. Krutsevych. – T. 1. Zahal'ni osnovy teorii i metodyky fizychnoho vykhovannia. – K. : Olimpiis'ka literatura, 2008. – 392 s.
3. Kondakov V. L. Systemnye mekhanyzmy konstruirovaniia fizkul'turno-ozdorovytel'nykh tekhnologii v obrazovatel'nom prostranstve sovremennoho vuzha [System Mechanisms of Constructing of Health and Fitness Technologies in the Educational Space of Modern High School] : avt. dys. ... d. p. n. S-Pb, 2013. – 50 s.
4. Dmytryenko T. I. Systemnyi podkhd kak osnova konstruirovaniia uchebnoho protsessa v professyonal'noi podgotovke budushchykh spetsyalistov v vuzi [System Approach as a Basis of Constructing of Educational Process in Professional Preparation of Future Specialists in the University] : avtoref. dys. ... kand. ped. n. : 13.00.08 – "Teoriia i metodyka professional'noho obrazovaniia" / T. I. Dmytryenko. – Stavropol', 2006. – 22 s.
5. Kuznietsova O. T. Systemnyi pidkhd yak zasib upravlinnia yakistiu navchannia studentiv u vyshchomu navchal'nomu zakladi [System Approach as Mean of Quality Management of Students' Education in Higher Educational Establishment] / O. T. Kuznietsova // Naukovyi visnyk Kremenets'koi humanitarno-pedahohichnoi akademii im. Tarasa Shevchenka. Serii "Pedahohika" [Scientific Journal of Kremenets'k Taras Shevchenko Regional Humanitarian Pedagogical Institute. Series : Pedagogy] // Za zah. red. Lomakovycha A. M., Benery V. Ye. – Kremenets' : VTS KOHPA im. Tarasa Shevchenka, 2015. – Vyp. 5. – S. 80–87.
6. Kuznietsova Olena Pedahohichna vzayemodiia yak osnova systemnoho pidkhdou u pedahohitsi ta dydaktytsi vyshchoi shkoly [Pedagogical Cooperation as the Basis of a Systematic Approach to Pedagogy and Didactics of High School] / Olena Kuznietsova // Visnyk Chernihivs'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu im. T. H. Shevchenka. Seriya : "Pedahohichni nauky. Fizychno vykhovannia ta sport" [Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Series : "Pedagogical Sciences. Physical Education and Sport"]. – Chernihiv, 2015. – Vypusk 129. – T. 1. – S. 142–146.
7. Kuznietsova O. T. Osoblyvosti orhanizatsii fizychnoho vykhovannia studentiv za mistsem prozhyvannia [Features of Physical Education Domiciliary of Students] / O. T. Kuznietsova, A. M. Pasevych, L. A. Petruk // [Suchasni tekhnologii formuvannia osobystosti fakhivtsia z fizychnoho vykhovannia, sportu i osnov zdorovia] Visnyk Chernihivs'koho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu im. T. H. Shevchenka. Seriya : "Pedahohichni nauky. Fizychno vykhovannia ta sport" [Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Series : "Pedagogical Sciences. Physical Education and Sport"]. – Chernihiv, 2012. – Vyp. № 98. – Tom III. – S. 249–251.

**Кузнецова Е. Т., Пасевич А. М. Системные механизмы применения оздоровительных технологий во внеучебных формах занятий физическим воспитанием.**

*В статье раскрыт опыт применения оздоровительных технологий, основанный на использовании средств и форм занятий по физическому воспитанию. Разработаны системные механизмы применения оздоровительных технологий по месту проживания студентов. За основу внедрения педагогических технологий в образовательное пространство современного высшего учебного заведения должно быть положено правило, которое декларирует не жесткую их зависимость от плановых занятий по физическому воспитанию, а системную организацию технологий, как в процессе учебной, так и во внеучебной деятельности.*

**Ключевые слова:** физическое воспитание, оздоровительные технологии, системные механизмы, формы занятий.

**Kuznetsova O. T., Pasevych A. M. System Mechanisms of Application of Health Technologies in Extracurricular Forms of Physical Education Classes.**

*System cognition and transformation of the methodical system of application of health technologies in the process of physical education involved the consideration of existent object of activity in theoretical and practical aspects as a system. Methods and organization of research. The research was conducted in three stages in National University of Water and Environmental Engineering during 2010–2016 years. The results of Sports and athletics meeting of the campus were analyzed after the types of sports and quantitative composition of participants in the last few years (in 2011, 2013, 2014, 2015 and 2016 years). It is set that the number of the competitors in the last six years has increased (10, 28 % in 2015/2016 academic year in relation to 7, 90 % in 2010 / 2011 academic year). In the research work theoretical analysis and generalization of scientific and methodical literature is conducted, pedagogical experience of domestic and foreign higher educational establishments is studied. This made it possible to determine the composition, structure and organization of the elements and parts of the methodical system, to identify the main directions of cooperation between them. In the article the experience of application of health technologies, which is based on the use of facilities and forms of physical education classes, is exposed. Classifying the forms of physical training of students in the special educational separation, pointed out that each of them played the important value in the update of the methodical system of application of health technologies in the process of physical education. It is proved that the greatest effect in achieving the goal of the methodical system can be attained on condition of their close intercommunication. Process of application of health technologies domiciliary of students is a difficult multicomponent system, which includes subsystems of blocks, objects and subjects of activity, logistics, personnel, informative support and other components. Each block of the system consists of elements with ties, functional and informative characteristics for each of them. At relative independence they are closely linked within the overall system. For basis of introduction of pedagogical technologies in educational space of modern higher educational establishment should be fixed rule which declares not strict dependence on their scheduled physical education classes, but their systematic organization both in the process of educational and extracurricular activities.*

**Key words:** physical education, health technologies, system mechanisms, forms of employment.