

## ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЗАКЛАДАХ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ

*Проаналізовано стан досліджуваної проблеми в науковій літературі, визначено місце і роль засобів фізичної культури в системі підготовки майбутніх робітників до виконання професійних обов'язків, забезпечення спеціалізованої фізичної підготовленості до обраного виду професійної діяльності.*

**Ключові слова:** фізична культура, професійно-технічні навчальні заклади, учні, рухові уміння і навички.

**Постановка проблеми.** Соціально-економічні перетворення в Україні охопили сферу виробничих відносин та професійного навчання, зокрема професійно-технічну освіту (ПТО), що готує робітників переважно фізичної праці. Специфічність закладів ПТО визначається процесом навчання молоді, отриманням загальноосвітніх та спеціальних знань, умінь та навичок і потребує відповідного стану здоров'я і фізичного розвитку, який сприятиме процесу адаптації до умов професійної діяльності забезпечуючи високу ефективність праці.

Збереження і зміцнення здоров'я та отримання молоддю якісної освіти належить до рангу пріоритетних завдань і національних інтересів. Величезну роль у цьому питанні відіграє раціональна рухова діяльність, яку можливо реалізувати на заняттях фізичною культурою.

Новий поштовх у науці, а саме, у галузі фізичної культури і спорту, зумовлений критичною ситуацією, що склалася в країні. Дуже мала кількість молодих людей залучено до занять різноманітними фізичними вправами і як наслідок відмічається різке погіршення стану їх здоров'я і працездатності в процесі навчання та невідповідність фізичної підготовленості учнів до вимог обраного виду професійної діяльності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Світовий досвід свідчить, що раціональна рухова активність людини запобігає захворюванням та поліпшує стан здоров'я, а фізична культура, як складова системи освіти відіграє важливу роль у виконанні соціального завдання суспільства з якісної підготовки молоді до трудової діяльності, активного життя та захисту Батьківщини [4, 5, 6, 7]. Фізична культура, як невід'ємна важлива частина загальної і фахової культури особистості сучасного фахівця забезпечує фундамент його добробуту і успіху в виробничій діяльності, збагачує людину не тільки фізично, а і духовно. Процес формування фізичної культури особистості йде через виховання позитивного ставлення до занять фізичними вправами в органічній єдності всебічного і гармонійного розвитку людини [4, 5].

Організаційно-педагогічну основу фізичного виховання учнівської молоді в системі ПТО України складає предмет "Фізична культура". Вона вводиться як обов'язкова дисципліна і визначається Державними стандартами освіти. Її зміст визначається навчальними програмами, що базуються на принципах прогностичної педагогіки й враховують вікові, анатомо-фізіологічні та функціональні особливості організму.

Аналіз науково-методичної літератури дозволяє стверджувати, що проблемі фізичної підготовки працівників різних галузей суспільного життя присвячено значну кількість праць науковців [6, 7, 9], зокрема учнів системи профтехосвіти [3, 8]. Разом з тим система фізичного виховання молоді на сучасному етапі стикається із все більшою кількістю проблем, одна з яких є матеріальне забезпечення, що в свою чергу позначається на ефективності проведення занять. Другою, реально великою є проблема спосіб життя молоді, який не є здоровим, а саме: шкідливі звички; нераціональне харчування (відсутність режиму прийому їжі, незбалансованість раціону, вживання неякісних продуктів); ігроманія та соціальні мережі вбивають інтерес ігор на свіжому повітрі та активного відпочинку.

Значна кількість батьків і педагогів не розуміють і нехтують можливостями засобів фізичної культури для гармонізації розвитку організму, покращення і збереження здоров'я, формування рухових умінь і навичок та підготовки до здобуття майбутньої професії тощо.

Тема роботи відповідає напрямку наукової програми кафедри фізичного виховання, яка входить до зведеного плану науково-дослідної роботи Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка "Методичні засади професійної підготовки майбутніх вчителів фізичного виховання до формування здорового способу життя сучасної молоді" (державний реєстраційний номер 0110U000020 від 29.01.2010 р.).

**Формулювання мети статті.** Проаналізувати стан досліджуваної проблеми в науковій літературі, визначити місце і роль засобів фізичної культури в системі підготовки майбутніх робітників до професійної діяльності.

**Виклад основного матеріалу.** Провідною метою навчально-виховного процесу у професійно-технічних навчальних закладах (ПТНЗ) є ідеал всебічно розвиненої особистості та орієнтує на широкий індивідуальний підхід [3, 6, 8].

Під час аналізу навчально-виховного процесу в закладах ПТО нами виявлено його основні завдання:

- підготовка майбутнього кваліфікованого робітника до активної участі у трудовій діяльності, виховання потреби працювати;
- виховання учнів на національних трудових традиціях, стимулювання потреби у набутті знань і професійної майстерності;
- створення умов для підвищення авторитету чесної, високопродуктивної праці, розвитку здібностей, самовизначення та громадського становлення;

- формування високої духовності, потреби постійного морального вдосконалення, оволодіння відповідними етичними знаннями, нормами поведінки, виховання поваги до людської гідності та честі дівчат і юнаків, уміння встановлювати морально чисті, доброзичливі та гуманні відносини між статями, психологічна підготовка до сімейного життя, формування культури сімейних відносин;
- формування правосвідомості і громадянської відповідальності, непримириме ставлення і готовність до боротьби з антигромадськими проявами та злочинністю, порушеннями правопорядку в суспільстві;
- виховання основ естетичної культури і розвиток художніх здібностей, залучення до художньої самодіяльності, народних промислів, виховання потреби культурного самовдосконалення;
- виховання дбайливого ставлення до особистої та суспільної власності, природних багатств України;
- фізичне вдосконалення організму, зміцнення свого здоров'я, прагнення до постійного фізичного та духовного самовдосконалення.

Фізична культура учнів ПТНЗ спрямована на зміцнення здоров'я і має на меті всебічний розвиток фізичних і духовних якостей майбутніх робітників, підготовки їх до трудової діяльності. Систематичні заняття фізичними вправами оптимізують фізичну і психічну підготовленість молоді до праці, поліпшують працездатність, сприяють адаптації організму до умов професії [3, 7].

Навчально-виховний процес з фізичної культури, як органічна частина загального виховання, полягає в управлінні фізичним розвитком та фізичною освітою учнів за допомогою своїх основних засобів: фізичних вправ, гігієнічних та природних факторів.

Фізичне виховання дітей і молоді реалізується через фізкультурну освіту, фізичну підготовку, спортивне тренування, самостійні заняття та участь у масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходах.

Фізична підготовка – одна з важливих складових частин навчально-виховного процесу. Вона представляє собою процес, який спрямований на розвиток фізичних якостей та формування рухових умінь і навичок. Фізична підготовленість розглядається як результат процесу фізичної підготовки з використання основної форми занять фізичними вправами. Основними засобами фізичного виховання є фізичні вправи, оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори. При цьому забороняється використовувати засоби, що наносять шкоду фізичному і психічному здоров'ю учнів.

Метою дисципліни "Фізична культура" у ПТНЗ є послідовне формування фізичної культури особистості з основними завданнями такими як:

- зміцнення здоров'я, сприяння всебічному гармонійному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичного стану, працездатності, повноцінна життєдіяльність організму на протязі всього періоду навчання;
- формування у учнів розуміння ролі фізичної культури і спорту в розвитку особистості і підготовці її до професійної діяльності;
- набуття рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників ПТНЗ до життєдіяльності;
- здобуття спеціальних знань у галузі фізичної культури та спорту, основ здорового способу життя; формування умінь і навичок прикладного та спортивного характеру;
- виховання позитивних почуттів та переживань пов'язаних з руховою діяльністю і на цій основі формування інтересів, бажань та потреб до систематичних занять фізичними вправами;
- розвиток і виховання фізичних, моральних і вольових якостей, що забезпечують повноцінний характер рухової діяльності [3, 6, 7].

Формами організації фізичної культури в ПТНЗ є: урок фізичної культури, секції загальної фізичної підготовки, спортивні секції, заняття лікувальною фізкультурою, фізкультурно-оздоровчі заходи та фізкультурно-спортивні заходи.

Уроки фізичної культури – основна та найбільш спрямована форма організації навчальних занять, у співвідношенні до навчального плану вони проводяться по два уроки на тиждень по 45 хв. Забороняється використання засобів і методів у фізичному вихованні, пов'язаних з невиправданим ризиком для життя і здоров'я тих, хто займається, а також таких, які не відповідають етичним вимогам, формують культ насильства і жорстокості.

Система фізичного виховання базується на принципах індивідуального і особистісного підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого застосування різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення організму.

Фізичне виховання учнівської молоді ПТО забезпечується системою державних нормативних показників, які є критеріями його ефективності і якості та визначається у: рекомендованому обсязі рухового режиму; мінімальній кількості обов'язкових навчальних занять (в академічних годинах) на тиждень протягом всього періоду навчання; нормативами фізичної підготовленості; нормами матеріально-технічного і фінансового забезпечення з розрахунку на одного учня; санітарно-гігієнічними нормами проведення занять.

Фізичне виховання учнів передбачає медичне обслуговування, лікарський контроль; лікарсько-педагогічні спостереження; диспансеризацію; розподіл учнів на медичні групи.

Стан системи фізичного виховання обумовлюється економічними, політичними, соціальними, екологічними, культурними чинниками, а також ефективністю поставлених завдань, форм і змісту навчально-виховного процесу, який забезпечує якісне його функціонування.

Державні вимоги до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді розроблені відповідно до Законів України "Про фізичну культуру і спорт", "Про освіту", "Державної програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні" і спрямовані на їх реалізацію [1, 2]. Їх метою є визначення

ідеологічних, науково-методичних і організаційних основ фізичного виховання та створення оптимальних умов для його ефективного функціонування.

Зв'язок фізичного виховання з практикою трудової діяльності найбільш конкретно втілюється у професійно-прикладній фізичній підготовці (ППФП) [6, 9].

Сутність основних задач ППФП:

– розвиток та вдосконалення рухових умінь, навичок та фізкультурно-освітніх знань, що сприяють оволодінню обраної професійної діяльності;

– інтенсифікація розвитку професійно важливих фізичних здібностей, забезпечення високого рівня дієздатності;

– підвищення ступеню резистентності організму відносно несприятливих впливів навколишнього середовища, в якому відбувається трудова діяльність, сприяння збільшенню його адаптаційних можливостей, збереження та зміцнення здоров'я.

Методика і задачі ППФП базується на послідовному втіленні загально педагогічних принципів та основних принципів і методів фізичної культури, конкретизуються вони в залежності від специфіки професії та особливостей учнівського контингенту. Найважливіше значення для раціональної побудови ППФП у цілому має забезпечення органічного взаємозв'язку, єдності загальної фізичної підготовки (ЗФП) і спеціальної фізичної підготовки (СФП). В залежності від того, якою була ЗФП учня під час проходження базового курсу фізичної культури у загальноосвітньому навчальному закладі та від того як вона проводиться надалі, багато в чому залежить і зміст ППФП.

Результатом навчання є загальна фізкультурна освіта, яка полягає в отриманні спеціальних систематизованих знань, рухових умінь і навичок, а також способів самостійного пізнання закономірностей рухової діяльності та вмінь використовувати їх у повсякденному житті і професійній діяльності.

**Висновки.** Модифікація змісту нинішньої системи фізичного виховання дітей і молоді стає найважливішою передумовою розвитку інноваційних процесів у сфері освіти.

Варто зазначити, що нині зміст та організація фізичного виховання в системі ПТО, незважаючи на значні досягнення, усе ж не можуть задовольнити зростаючі вимоги до фізичної підготовленості майбутніх робітників. Підвищення ефективності виробничого процесу також зумовлює необхідність реорганізації фізичного виховання і значного посилення ролі й місця ППФП.

**Перспективи подальших досліджень** вбачаємо дослідженні біомеханічних показників особливостей техніки виконання основних рухів учнів закладів ПТО автомобільного профілю.

#### Використані джерела

1. Закон України "Про фізичну культуру і спорт" // Спортивна газета. 1994. – 29 січня. – С. 2 –6.
2. Закон України "Про освіту" // Освіта України : нормативно-правові документи. – К. : Міленіум, 2001. – С. 32.
3. Козерук Ю. В. Роль фізичної культури в системі професійно-технічної освіти при навчанні майбутніх фахівців робітничих професій / Ю. В. Козерук // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Вип. 91. Т.1. Серія : Педагогічні науки. – Чернігів : ЧНПУ, 2011. – № 91 – С. 200 – 202.
4. Куц О.С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю. Ч.І. – Вінниця: Континент-ПРИМ, 1995. – 124 с.
5. Носко М. О. Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.09 / М. О. Носко – К., 2003. – 430 с.
6. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія / Л. П. Пилипей – Суми : ДВНЗ "УАБС НБУ", 2009. – 312 с.
7. Плиско В. И. Формирование готовности профессионала к деятельности в условиях, опасных для жизни: на материалах субъект-субъектной деятельности / В. И. Плиско. – К. : Науковий світ, 2002. – 306 с.
8. Топилко Н. Я. Підвищення рівня соматичного здоров'я учнів ПТУ засобами фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / Н. Я. Топилко ; Львівський держ. ін.-т фіз. культури. – Львів, 2011. – 20 с.
9. Раевский Р. Т. Професійно-прикладна фізична підготовка : навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів / Р. Т. Раевський, С. В. Халайджі. – О. : Наука і техніка, 2006. – 138 с.

*Plisko V.I., Kozeruk Y.V., Bulanov O.M.*

#### PHYSICAL TRAINING AT PROFESSIONAL-TECHNICAL EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

*The paper discusses the significance of physical training for the future workers' ability to carry out their professional functions. The article highlights the issue of specific professionally oriented physical training.*

**Key words:** *physical training, professional-technical educational establishments, students, motor skills.*

*Стаття надійшла до редакції 27.09.2013 р.*

