

УДК 796.37.091

Бусигін А.Б., Ничипоренко І.В., Савчук О.С.

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ
У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ

У статті розглянуто різноманітні підходи до фізичного виховання студентів. Використання інноваційних технологій у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів позитивно впливає на гармонійний розвиток студентів. Розглянуто педагогічні умови використання інноваційних технологій у освітньому процесі з фізичного виховання студентів.

Проведений експеримент засвідчив позитивну динаміку основних рівнів ефективності формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання й довів необхідність впровадження відповідної педагогічної технології в навчальний процес ВНЗ.

Ключові слова: фізичне виховання, студенти, вищі навчальні заклади, педагогічні умови, інноваційні технології.

Постановка проблеми. На сучасному етапі реформаційних перетворень в Україні здоров'я громадян є одним із складників національного розвитку. У зв'язку з цим збереження та зміцнення здоров'я молоді є одним із головних завдань соціальної програми нашої держави. Для розв'язання цього завдання необхідно сформувати у студентів стійку мотивацію до здорового способу життя, здійснити комплекс здоров'язберігаючих заходів, спрямованих на усвідомлення ними цінності свого здоров'я [3; 4; 7].

У той же час реальний стан здоров'я громадян свідчить про те, що вирішення державного завдання щодо його формування залишається на декларативному рівні. За даними Міністерства охорони здоров'я України приблизно 89% студентів мають захворювання серцево-судинної системи, верхніх дихальних шляхів, опорно-рухової системи, органів зору, неврози.

Погіршення стану здоров'я студентів відбувається на фоні вкрай напруженої санітарно-епідемічної та екологічної ситуації [5].

Тому одним з пріоритетних напрямків реформування освіти є забезпечення у кожному навчальному закладі відповідних умов для навчання фізично та психічно здорової особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідники М. Я. Віленський, В.Н. Волков, Д.Н. Давиденко, В.П. Петленко відзначають, що серед причин безвідповідального ставлення молоді до здоров'я можна виділити такі: незнання особливостей свого розвитку; відсутність систематичної, цілеспрямованої просвітницької роботи в цьому напрямі. Тригогу викликає несформованість у студентів молодших курсів стійкої мотивації на тривале, здорове життя (В.Н. Волков, А.А. Глазирін, С.А. Тюрін), відсутність спеціальних знань, переконань у необхідності додержання здорового способу життя,

© Бусигін А.Б., Ничипоренко І.В., Савчук О.С., 2015

нездатність обмежити вплив руйнівних факторів, що призводять до втрати здоров'я. Випускники вищих навчальних закладів мають не досить знань про способи збереження та зміцнення здоров'я, у них не сформовані навички здорового способу життя, багато хто не здатний оцінити вплив факторів навколишнього середовища на здоров'я людини й генотип майбутніх поколінь [3; 5; 6].

Виходячи з вищезгаданого, набуває актуальності питання щодо впровадження здоров'я-зберігаючих технологій у освітній процес ВНЗ. Різними авторами визначені певні суперечності, які актуалізують проблему впровадження здоров'язберігаючих технологій у освітній процес ВНЗ.

Погіршення здоров'я суб'єктів освітнього середовища – це об'єктивний процес, на який впливають різні взаємодіючі фактори, серед яких зазначені також умови і технології навчання (Г. Зайцев, Р. Левін, П. Симонов та інші). Дослідженнями встановлено, що більшість з них не претендують на валеологічну доцільність, тобто не зберігають і не формують культуру здоров'я (В. Базарний, О. Дубогай, Л. Нагавкіна, Л. Татарнікова та інші) [2].

Дослідження проводилися на підставі плану науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання та здоров'я Київського національного університету технологій та дизайну.

Метою статті є визначення педагогічних умов впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальний процес ВНЗ.

Теоретико-методологічною основою дослідження є загальнонаукові і спеціальні методи: аналіз літературних джерел та нормативно-правових документів, методи узагальнення та абстрагування, системний аналіз.

Виклад основного матеріалу дослідження. Предметом фізичного виховання у вищих навчальних закладах є педагогічний процес цілеспрямованого систематичного впливу на людину фізичними вправами, силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку рухових властивостей, вдосконалення морфологічних та функціональних можливостей, формування та покращення життєво-важливих рухових навичок та вмінь, а також пов'язаних з ними знань, забезпечення готовності людини до активної участі в суспільному, виробничому та культурному житті [1].

Метою фізичного виховання у ВУЗах є:

- формування у студентів фізичної культури особистості;
- виховання здорової, всесвітньо розвинутої, фізично досконалої людини з високою творчою та громадською позицією, готовою до довголітньої високопродуктивної праці і захисту своєї Держави;
- виховання морально-вольових якостей та потреби у здоровому способі життя, використання здобутих цінностей фізичної культури у особистій, громадській та професійній діяльності;
- ціллю фізичного виховання являється не тільки всебічний розвиток і укріплення опорно-рухового апарату, але і всебічне удосконалення функціональної діяльності головних фізіологічних і психологічних систем організму, зокрема, серцево-судинної і дихальної оптимізації обмінних процесів укріплення нервової системи і т.п., що в кінцевому результаті і передбачає найбільш оптимальний рівень фізичного стану студентської молоді [5; 6].

Отже, багато студентів неохоче займаються фізичною культурою та не бачать необхідності для себе в цих заняттях. Це пов'язано не достатньою інформацією про дії фізичних навантажень на стан людини та її працездатність, культуру виховання в сім'ї, дошкільних садках, школах та суспільстві взагалі. Спостерігається неадекватність організації процесу фізичного виховання сучасному менталітетові і мотиваційній зрілості студентів, слабка мотивація студентів до своєї фізичної освіти [4]. Враховуючи те, що завдання фізичного виховання у вищих закладах не тільки набуття студентами доброго фізичного стану, а і доведення до свідомості молоді необхідності у фізичній культурі на протязі всього життя, виникає потреба у створенні додаткових мотивів, та нових форм фізичного виховання у вузі, за допомогою залучення нових видів спорту, які є популярними у молоді та підштовхували б студентів до постійних занять фізичною культурою. Особливо актуальне стає проблема використання новітніх інформаційних технологій у процесі фізичного виховання вищих навчальних закладах України, щоб вивести процес фізичного виховання студентів на новий, більш прогресивний рівень.

У межах експерименту нами визначені педагогічні умови впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальний процес ВНЗ.

1. Ознайомлення із системою здоров'язбереження молоді в Україні. Розв'язувалися такі завдання: вироблення потреби у виконанні розпорядку дня, дотриманні гігієнічних вимог; надання студентам психолого-педагогічної допомоги в адаптації до вимог вищої школи; формування цілісного погляду на навколишній світ, людину, її здоров'я шляхом повідомлення теоретичних знань; виховання естетичних і моральних рис, спрямоване на гармонійний розвиток особистості, і на цій основі – виховання дбайливого ставлення до здоров'я; формування навичок і вмінь виконання вправ програми навчання з фізичного виховання у вищому навчальному закладі; ознайомлення з основами самоконтролю за індивідуальним здоров'ям; використання вправ для корекції постави.

2. Вироблення внутрішньої здоров'язберігаючої культури студентів та індивідуального стилю здорового способу життя за допомогою освоєння основ здоров'язберігаючої компетентності. Відповідно до мети цієї умови розв'язувалися такі завдання: спрямування інтересу студентів до збереження здоров'я; вироблення індивідуального здорового стилю життя з урахуванням професійної спрямованості; ознайомлення із впливом фізичних вправ на організм та з базовими поняттями здоров'язбереження; формування практичних умінь проведення самостійних занять із фізичного виховання з оздоровчою спрямованістю; навчання основ знань щодо корекції постави; вивчення процесів, що відбуваються в

організмі людини під впливом фізичних навантажень; вироблення у студентів активної життєвої позиції щодо здоров'язбереження; пропагування здорового способу життя; формування знань і вмінь здоров'язбереження без лікарських засобів; вивчення прийомів релаксації й самомасажу; виховання негативного ставлення до паління, вживання алкоголю, наркотичних і токсичних речовин.

3. Формування внутрішньої культури за допомогою поглиблення здоров'язберігаючої компетентності в умовах студентського колективу. Розв'язувалися такі завдання: удосконалення вмінь організувати здоровий спосіб життя з огляду на майбутню професійну діяльність; вироблення стійкої мотивації до збереження й зміцнення індивідуального здоров'я; розвиток особистої ініціативи в збереженні й зміцненні здоров'я; оволодіння основами знань з анатомії, фізіології, впливу несприятливих факторів навколишнього середовища на організм людини; вдосконалення індивідуальних методів релаксації; розширення практичних умінь проведення самостійних занять із фізичного виховання з оздоровчою спрямованістю; подальше накопичення знань, що забезпечують ефективне використання засобів фізичного виховання для збереження та зміцнення здоров'я в навчальній та професійній діяльності.

4. Формування ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя та здоров'язберігаючу діяльність. Розв'язувалися такі завдання: становлення індивідуального стилю здорового способу життя й здоров'язберігаючої діяльності; поглиблення теоретичних знань та навичок; націлювання студентів на самостійне збагачення знаннями із здоров'язбереження; вироблення навичок здоров'язберігаючої організації інтелектуальної діяльності; закріплення знань і навичок щодо організації й пропаганди здорового способу життя та здоров'язбереження.

5. Вміння студентів використовувати свої знання й практичні навички для збереження й збільшення резервів здоров'я, а також здоров'я майбутніх підлеглих і близького оточення. Розв'язувалися такі завдання: утвердження здоров'язберігаючої життєвої позиції; вдосконалення практичних умінь і навичок використання засобів фізичного виховання й здоров'язберігаючих технологій у повсякденній діяльності.

Залежно від мети кожної умови добирались методи, форми й засоби, які спрямовувалися на розв'язання завдань експериментальної роботи. Використовувалися основні засоби: фізичні вправи, природні чинники, гігієнічні, – та допоміжні: додаткові відновлювальні. Експериментальна програма передбачала комплексне використання таких п'яти блоків організаційних форм: навчальні заняття, ранкова фізична зарядка, спортивна робота, фізичне тренування в процесі навчальної діяльності й додаткові заходи.

Після завершення експерименту проаналізовано результати впровадження педагогічної технології формування здоров'язберігаючої компетентності засобами фізичного виховання. Проведений аналіз засвідчив, що використання розробленої нами програми дало змогу істотно вплинути на ряд показників, пов'язаних із розвитком і вдосконаленням рухової й функціональної підготовленості, а також знизити захворюваність студентів. Студенти ЕГ за всіма показниками перевершили студентів КГ: у самостійній організації рухової активності – на 57,45%; у виконанні загартувальних процедур – на 58,4%; у ставленні до шкідливих звичок, паління (не курять) – на 46,4%; рівень розвитку рухової підготовленості студентів ЕГ був вищим, ніж у студентів КГ: у відтягуванні, у підтягуванні на поперечині – у 1,35 разів; у бігу на 100 метрів – на 0,44 секунди; у бігу на 3 км – на 16,5 секунд; у нахилі вперед – на 3,1 см; у рівні здоров'язберігаючих знань – на 63,4%; у рівні знань теорії й організації фізичного виховання – на 15,0%; в оригінальності мислення, здатності внести нове в процес здоров'язберігаючої діяльності – на 34,5%; у здатності швидко реагувати на зміну обстановки і вмінні застосовувати нестандартні рішення з метою збереження здоров'я – на 26,5%.

Результати експериментальної роботи свідчать, що на основі формування стійкої мотивації на здорове життя в ЕГ вдалося знизити кількість хворих на загальноореспіраторні захворювання: індекс здоров'я студентів ЕГ на 22,0% вищий, ніж у студентів КГ. Середню тривалість хвороби студентів ЕГ вдалося знизити на 58,6% відносно студентів КГ.

Проведений експеримент засвідчив позитивну динаміку основних рівнів ефективності формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання й довів необхідність впровадження відповідної педагогічної технології в навчальний процес ВНЗ.

Висновки. Аналіз наукової літератури з проблеми інноваційних технологій фізичного виховання студентів ВНЗ засвідчив недостатню розробленість означеної проблеми в теорії і методиці виховання. Це насамперед проявляється в різному трактуванні поняття педагогічної технології, недостатньому впровадженні сучасних інноваційних технологій фізичного виховання студентів. Основною метою інноваційних технологій фізичного виховання студентів є збереження і зміцнення здоров'я, підвищення фізичної підготовленості, розвиток знань, умінь та навичок з фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з більш детальним вивченням особливостей фізичного стану і фізичної підготовленості студентів, розробкою методики використання технологій у фізичному вихованні студентів.

1. Абасов З. А. Понятийно-терминологический аппарат инновационной педагогической деятельности / З. А. Абасов // Философия образования. – 2006. – №1 (15). – С. 56 – 62.
2. Викторова Л.В. Инновационные процессы в образовании / Л. В. Викторова // Инновация в образовании. – 2002. – № 2. – С. 6.
3. Грибан Г. П. Шляхи поліпшення стану фізичної підготовленості студентської молоді / Г. П. Грибан, Ф. Г. Опанасюк // Проблеми фізичного виховання студентів : матер. всеукр. наук.-метод. конф. – Дніпропетровськ : ДНУ, 2003. – С. 25-26.
4. Кожевнікова Л. К. Особистість викладача у формуванні здорового способу життя сучасного студента / Л. К. Кожевнікова, З. Г. Дзюба, Н. І. Вертелецька // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Випуск 55. Серія: педагогічних наук, Фізичне виховання та спорт: Зб. у 2х т. – Чернігів : ЧДПУ, 2008. – № 55. – Т. 1. – С. 222–226.
5. Носко М. О. Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах при організації кредитно-модульної технології / М. О. Носко, О. О. Данілов, В. М. Маслов. Підручник. – К. : Видавничий Дім "Слово", 2011. – 264 с.
6. Раєвський Р. Т. "Фізичне виховання студентів молоді України у контексті Болонського процесу" / Р. Т. Раєвський, С. М. Канішевський, В. Г. Лапко // Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: здобутки. Проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонського декларації : матер. конф. – Київ, 2007. – С. 44–49.
7. Рябцев В. М. Комплексная оценка физической подготовленности студентов по результатам контрольных упражнений / В. М. Рябцев, Д. С. Токер // Теор. и практ. физич. культ. – 1988. – С. 11-13.

Busygin A., Nechiporenko I., Savchuk O.

PEDAGOGICAL CONDITIONS OF USAGE OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

The article reviews different approaches of improving the physical education of students. Usage of innovative technologies in physical education of students in higher education positively affects the harmonious development of students.

On today's stage of Ukrainian reforms, nation's health is one of the components of national development. In this concern – the preservation and strengthening the health of young people is one of the main tasks of the social program of our country. For achievement of it is necessary to form a stable student's motivation for a healthy lifestyle, to perform a complex of activities aimed at raising awareness of the value of their health.

Within the experiment, pedagogical conditions of health improving technologies in the educational process of high school were implemented. Depending on the purpose of each condition, methods, forms and tools that were aimed at solving problems of experimental work were selected. Fixed assets were used: exercises, natural factors, hygienic – and supporting ones – additional regenerative. The experimental program included a comprehensive use of five blocks of organizational forms: training sessions, morning physical exercise, sports activities, physical training in the educational and additional activities.

The held on experiment showed positive dynamics in basic levels of competence formation of health lifestyle of university students by means of physical education and demonstrated the need of implementation of appropriate educational technology in the educational process of high school.

Key words: *physical education, students, high school, pedagogical conditions, innovative technology.*

Стаття надійшла до редакції 15.03.2015