



Фундаменталізація змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування

Павленко В.О.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Розкривається зміст компетентності фізкультурно-оздоровчої роботи що позначається на фізичному розвитку студентів, ефективної самореалізації в сфері майбутньої професійної діяльності, наявністю потреби до фізичної активності, усвідомлення і прийняття цінностей фізичної культури для збереження і зміцнення індивідуального здоров'я. Спрямування фундаменталізації освіти на набуття базових знань з фізичної культури та спорту, формуючи у студентів мотивацію до систематичних занять спортом, забезпечивши рівень здоров'я на основі сучасних методів та змісту фізкультурно-оздоровчої роботи у вищих навчальних закладах.

Павленко В.А. Фундаментализация содержания физкультурно-оздоровительного образования студентов высших учебных заведений профессиональной направленности.

Раскрывается содержание компетентности физкультурно-оздоровительной работы, что сказывается на физическом развитии студентов, эффективной самореализации в сфере будущей профессиональной деятельности, наличии потребности в физической активности, осознания и принятия ценностей физической культуры для сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Направления фундаментализации образования на приобретение базовых знаний в физической культуре и спорте, формируя у студентов мотивацию к систематическим занятиям спортом, обеспечивая уровень здоровья на основе современных методов и содержания физкультурно-оздоровительной работы в высших учебных заведениях.

Pavlenko V.A. Fundamentalization of the content of physical culture and health education of students in the largest medical schools of different professional orientation.

The content of competence of physical culture and health work reveals. It causes the affects the physical development of students, effective self-realization in the sphere of future professional activity, the need for physical activity, awareness and acceptance of the values of physical culture for the preservation and strengthening of individual health. The directions of the fundamentalization of education for the acquisition of basic knowledge in physical culture and sports, forming students motivation for systematic sports, ensuring the level of health on the basis of modern methods and content of physical culture and health work in higher educational institutions.

Ключові слова: зміст освіти, фізкультурно-оздоровча робота, рухова активність, фундаменталізація освіти.

содержание образования, физкультурно-оздоровительная работа, двигательная активность, фундаментализация образования.

the content of education, physical culture and recreation, motor activity, the fundamentalization of education.

Вступ.

Останнім часом в Україні актуалізувалося проблема, яка пов'язана з суттєвим погіршенням рівня здоров'я молоді, катастрофічним падінням готовності призовників до служби у Збройних силах України.

Слід зазначити, що здоров'я є основним фактором, який визначає гармонічний розвиток людини, впливає на успішне засвоєння майбутньої професії, що на сьогоднішній день є важливим для формування трудових ресурсів, які відповідають відповідним професійним компетентностям на рівні світових стандартів.

Мета дослідження: визначити напрями реформування змісту фізкультурно-оздоровчої роботи та вивчити проблеми в організації навчального процесу, що виникають у зв'язку з інноваційними змінами у вищій школі, окреслити орієнтовні шляхи їх вирішення задля забезпечення якості освіти [8].

Матеріал і методи.

Проаналізовано вісім літературних джерел, проведено аналітичну роботу на основі педагогічних спостережень та власного досвіду 15-ти річної організаційної роботи, на основі чого розроблено схему перспективної фундаменталізації змісту фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування

Результати.

Фізкультурно-оздоровча освіта найважливіший напрямом реформування системи освіти. Спрямованість на фундаменталізацію освіти необхідна для того, щоб майбутній фахівець у процесі навчання зміг набути необхідні фундаментальні базові знання з фізичної культури та спорту, сформував мотивацію до систематичних занять спортом, забезпечив безпечний рівень здоров'я на основі



сучасних методів та змісту фізкультурно-оздоровчої роботи у вищих навчальних закладах.

Під терміном «фундаменталізація» науковці, зокрема С. Семеріков, О. Теплицький [6], розуміють істотне підвищення якості освіти і освітнього рівня людей шляхом відповідної зміни змісту навчальної дисципліни, що вивчають у вищому навчальному закладі, і методології навчального процесу.

Різні аспекти проблеми фундаменталізації вищої освіти розглядають Н. Бідюк, С. Гончаренко, Б. Камінський, С. Клепко, І. Козловська, В. Лутай, Н. Мачинська, С. Романова, С. Сисоєва Д. Чернілевський, А. Шаповалов та ін [1, 3].

На сьогодні Никитин Н., Корч І., Питрулевич В., Сидоренко В., Терещук Г. окреслюють фундаменталізацію професійної підготовки фахівців у вимірі європейського освітнього простору обґрунтовуючи необхідність формування нових підходів до організації навчального процесу у вищих закладах розкриваючи можливі напрямів й способів усунення окремих організаційно-методичних проблем та вдосконалення оцінюванні результатів навчання студентів.

Н. Бідюк розглядає особливості підготовки фахівців у вищих навчальних закладах через організації навчального процесу відповідно до вимог нормативних документів [1]. Інноваційний засіб С. Клепко пропонує застосовувати між практикою і теорією в освітній діяльності досліджуючи досвід і шляхи впровадження навчального курсу. Пошуком нових підходів до реформування системи освіти присвячені наукові дослідження І. Козловської, яка надає обґрунтування доцільності використання інтегративного підходу задля реалізації виховних цілей навчального процесу. Наукові дослідження С. Сисоєвої направлені на розвиток творчого мислення студентів, умінь робити власні узагальнення та спостереження. Професор, член-кореспондент Академії педагогічних наук України С. Сисоєва так пише про це: «Ми визначаємо творчу активність як пошукову перетворюючу спонтанну діяльність особистості, яка не стимулюється зовні, а викликається внутрішнім саморухом особистості» [7].

Створення передумов у вищому навчальному закладі для активного заняття спортом слугуватиме запорукою власного усвідомлення студента про необхідність підвищувати свій фізичний статус. Діяльність

педагогічного колективу кафедри фізичного виховання щодо відбору, вдосконалення і застосування системи цілей, змісту, форм і методів планування, організації, координування і коригування, контролю і діагностики навчально-виховного процесу, що сприяє розвитку фізичних можливостей як окремої особистості, так і колективу студентів, а також впливає на підвищення рівня фахової діяльності самого викладача.

Під фундаменталізацією змісту освіти сучасні науковці розуміють об'єднання програмного матеріалу навколо фундаментальних ідей, законів, філософії спорту, проблематики організації спортивного руху (Б. Будний, Л. Глазюк, Н. Гладушина, В. Григор'єв, С. Гончаренко, О.Жданова, В. Ільченко, В. Кравченко, К. Колін, О. Проказа, Ю. Семенова, С. Семеріков, М. Швецький та ін.) [2, 6].

Киянин В. Григор'єв характеризує зміст новацій, які пропонуються науковцями, теоретиками фізкультурно-спортивної науки, як такі, що вносять «хаос інтерпретацій і метафор, котрі заповнили проблематику фізичної культури і спорту».

Спорт за своєю суттю є практичною діяльністю, що проявляється в формуванні власної тілобудови, підвищенню фізичних якостей організму, покращенню спортивних результатів [9; 11; 13; 16]. «Сучасний спорт не просто є породженням відповідних методологічних передумов, але й сприяє зміні уявлень про характеристики тілесності та соціальний статус людського тіла як такого», – зазначають харків'яни Л. М. Газнюк, Ю. А. Семенова.

Сьогодні більшість педагогічних колективів вищих навчальних закладів переорієнтовує організацію фізкультурно-оздоровчого процесу на формування гармонійно розвиненої особистості, становлення її фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я, формування культури здоров'я і потреби здорового способу життя.

Ефективність впровадження фізкультурно-оздоровчого процесу базується на єдності фундаментальності, професійної спрямованості навчання та загального стану фізичної підготовленості.

Сутність цієї тенденції полягає в забезпеченні навчального процесу при достатньому рівні фізичної підготовленості студентів, спроможних здолати надмірне психологічне, розумове та фізичне навантаження

під час навчання у вищому навчальному закладі, в пріоритетному розвитку фізичних якостей та інших складових фізичного виховання майбутніх випускників готових до розв'язання тих суперечностей, які притаманні світу в умовах глобалізації.

Нові, прогресивні підходи до змісту фізкультурно-оздоровчої освіти полягають у суттєвому підвищенні якості освіти і рівня компетентності фахівців шляхом модернізації змісту навчальних дисциплін та науково – методичного забезпечення навчального процесу.

Підвищення якості освіти і рівня компетентності може досягатися шляхом запровадження комплексу заходів, складовими яких є:

- зміна співвідношення між реалізацією прагнень студентів використовувати отриманні знання з фізичної культури для забезпечення їх життєдіяльності та культурологічно-гуманістичним напрямом діяльності де формується розвиток духовних сил, здібностей і вмінь;

- зміна змісту дисципліни фізичне виховання;

- направленість педагогічного процесу на визначення пріоритетності в оволодінні базових знань фундаментальних наук, спонукання до прагнення та уміння самостійно опановувати знання.

Вивчення предмету не зводиться до збільшення годин на вивчення навчальної дисципліни, йдеться мова про досягнення принципово нових цілей вищої освіти, а саме про створення умов для фізичного виховання та формування сучасного підходу до фізичної культури та фізичного виховання студентів, внутрішньої потреби у фізичного розвитку, самоосвіти продовж життя людини.

Зміст компетентності фізкультурно-оздоровчої роботи визначається в удосконаленні власного здоров'я і фізичного розвитку в якості умови ефективної самореалізації в сфері майбутньої професійної праці, наявністю потреби до фізичної активності, усвідомлення і прийняття цінностей фізичної культури для збереження і зміцнення індивідуального здоров'я.

Для підвищення рухової активності, удосконалення фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів застосовується методика протягом навчального року яка умовно розподілена на розділи: гігієнічний, підготовчий, тренувально - оздоровчий, оздоровчо - рекреативний (відновлювальний), стабілізуючий, лікувальний.

Гігієнічний. Ранкова гігієнічна гімнастика, загартовування (водою, повітрям), режим (праці, відпочинку і харчування), оздоровчі прогулянки (біг, плавання, ходьба на лижах та ін.).

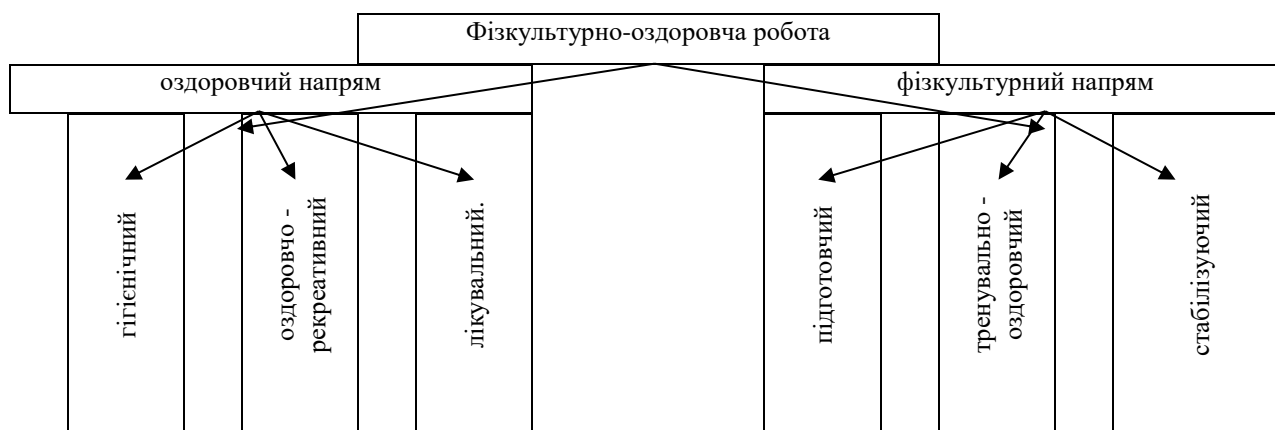


Рис. 1. Фізкультурно-оздоровча робота

Підготовчий етап проводиться з метою адаптації організму до розумового навантаження у навчанні та фізичним навантаження при виконанні фізичних вправ, а також формуванню мотивації зміцнення власного здоров'я. На перших заняттях застосовують основні (заняття на тренажерах, оздоровча гімнастика) і додаткові (оздоровчий масаж, фітотерапія, сауна,

відновлювальні процедури, аутогенні тренування) засоби.

Оздоровчу гімнастику і заняття на тренажерах застосовують для укріплення м'язів, підвищення рівня функціональних можливостей організму. Оздоровчий масаж використовують для зміцнення здоров'я, профілактики захворювань, зняття втоми. Сауну, кріосауну,



банні та водні процедури пропонувані використовувати для покращення психоемоційного стану, профілактики застудних захворювань. Відновлювальні процедури направлені на нормалізацію обмінних процесів, укріплення нервової системи, покращення загального психофізичного стану.

В цей період розвивається загальна витривалість, зміцнюється серцево-судинна, нервова, дихальна системи, вдосконалюється опорно-руховий апарат завдяки ранкової гігієнічної гімнастики, оздоровчої ходьби та бігу.

Тренувально-оздоровчий етап проводиться з метою збереження та укріплення стабільної розумової та фізичної працездатності. В цей період використовують комплексні заняття з вправами які сприяють підвищенню організму до стомлення, розвитку та зміцненню м'язового апарату. Аеробна підготовка здійснює благотворний вплив на нервово - м'язовий апарат, ендокринну, серцево-судинну системи.

Більш ефективно застосовують основні і додаткові фізкультурно-оздоровчі засоби у якості швидкого відновлення сил розумового та фізичного навантаження, підвищення рівня працездатності.

Оздоровчо-рекреативний. Передбачає використання засобів фізичного виховання і спорту в колективній організації відпочинку з метою відновлення, зміцнення здоров'я після розумового (під час навчання) та фізичного навантаження.

Стабілізуючий етап – це весь період навчання, в час коли відбувається зниження навчальної працездатності, необхідно підтримувати високий рівень концентрації навчальної діяльності за рахунок стабілізації фізичних функцій, покращення психоемоційного стану, зміцнення здоров'я. Для даного періоду характерні самостійні заняття - ранкової гігієнічної гімнастики, оздоровча гімнастика, оздоровчої ходьби та бігу, самомасаж.

Лікувальний. Використовує фізичні вправи, загартовування, гігієнічні заходи, реабілітацію [10; 12; 14; 15]. Засобами вважаються раціональний режим життєдіяльності, природні чинники, загартовувальні процедури, лікувальний масаж, біомеханотерапія (використання спеціальних

тренажерів для відновлення рухової функції), а також велика кількість різноманітних вправ. Використання цих засобів повинно супроводжуватися лікувальним контролем з чітким урахуванням індивідуальних особливостей студентів.

Дискусія.

Важливою умовою ефективності позааудиторної фізкультурно-оздоровчої роботи в межах вищого навчального закладу є вибір форм занять фізичними вправами, які узгоджуються з функціональними і руховими можливостями студентів, а саме: «День здоров'я» (активний відпочинок на свіжому повітрі з виконанням фізичних вправ, кросовий біг з доданням перешкод, спортивні змагання за спрощеними правилами); туристські походи; змагання з орієнтування на місцевості; масові фізкультурно-оздоровчі заходи з елементами естетичного та розважального характеру (спортивні вечори, конкурси, вікторини, показові виступи кращих спортсменів, спортивно-розважальні свята); спортивні змагання; матчеві зустрічі; участь у заняттях спортивних секцій з різних видів спорту, групах загальної фізичної підготовки, групах лікувальної фізкультури та фізичної реабілітації; самостійні вправи в режимі дня; гігієнічні й загартовувальні процедури тощо.

Висновки.

Рекомендується відповідними галузевими документами у вищих навчальних закладах активізувати фізкультурно-оздоровчу роботу з метою поліпшення здоров'я і фізичної підготовленості студентів, оптимального використання навчально-спортивної бази навчального закладу у позанавчальний час, удосконалення кадрового забезпечення та заохочення педагогічних працівників і фахівців фізичної культури до позанавчальної роботи з студентською молоддю [4, 5].

Пріоритетність напрямів застосування фізкультурно-оздоровчої роботи в межах вищого навчального закладу залежить від вибору видів спорту самих студентів, інтересів пізнавальної діяльності та ставлення студента до активної форми занять спортом [3, 4].



Література

References

1. Бідюк Н. Підготовка фахівців технічного профілю у вищих навчальних закладах України / Н. М. Бідюк // Вісн. Вінниц. політехн. ін-ту, 2000. - № 3. - С. 99-102.
2. Жданова О. М. Ставлення студентів до традиційного змісту урочної форми занять / О. М. Жданова, В. Б. Базилчук. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, Харків, 2003. - № 17. - С. 46-51. (Зб. наук. пр. за ред. С. С. Єрмакова).
3. Клепко С. Модернізаційні процеси в сучасній освіті / С. Клепко - Київ : Шкільний світ, 2008.-120 с.
4. Наказ Міністерства освіти і науки України від 11.01.2006 р. № 4, зареєстровано в Міністерстві юстиції України, 2006. № 249/12123 «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах».
5. Наказ Міносвіти і науки України від 26.01.2015 р. № 47 «Про особливості формування навчальних планів на 2015/2016 навчальний рік». Закон України «Про вищу освіту» м. Київ, 1 липня 2014 року № 1556-VII. // Голос України, 2014 № 148 (5898). // Офіційний вісник України, 2014. - № 63. - С. 7.
6. Семеріков С. О. Фундаменталізація навчання інформаційних дисциплін у вищій школі : [моногр.] / С. О. Семеріков ; наук. ред. акад. АПН України, д. пед. н., проф. М.І. Жалдак. - Кривий Ріг : Мінерал ; К. : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2009. - 340 с.
7. Сисоєва С. О. Основи педагогічної творчості : підруч. для студ. вищ. пед. навч. закл. / АПН України, Ін-т педагогіки і психології проф. освіти. - К. : Міленіум, 2006. - 346 с.
8. Терещук Г. В. Навчальний процес у вищому закладі педагогічної освіти в контексті інноваційних змін / Г. В. Терещук // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія : Педагогіка. 2010. - № 3. - С. 115-120.
9. Kozina Z. Recoverv functional condition of sportsmen using individual non-traditional means of rehabilitation. *Journal of Physical Education and Sport*, 2015. №4. 634-639. doi:10.7752/jpes.2015.04096
10. Kozina Z., Iermakov S., Cretu M., Kadutskava L., Sobvanin F. Physiological and subiective indicators of reaction to nhyical load of female basketball players with different game roles. *Journal of Physical Education and Sport*, 2017. №1, 1428 - 1432. doi:10.7752/jpes.2017.01056
11. Kozina Z., Repko O., Ionova O., Boychuk Y., Korobeinik V. Mathematical basis for the integral development of strength, speed and endurance in sports with complex manifestation of physical qualities. *Journal of Physical Education and Sport*, 2016., №1. 70-76. doi:10.7752/jpes.2016.01012
12. Kozina Z., Sobko I., Yermakova T., Cieslicka M., Zukow W., Chia M., Goncharenko V, Goncharenko O., Korobeinik V. Psycho-physiological characteristics of female basketball players with hearing problems as the basis for the technical tactic training methodic in world level teams. *Journal of Physical Education and Sport*, 2016. №4. 1348-1359. doi:10.7752/jpes.2016.04213
1. Bidyuk, N.M. (2000). Pidgotovka fahivtsiv tehnicznego profilyu u vischih navchalnih zakladah Ukrayini [Preparation of specialists of technical profile is in higher educational establishments of Ukraine]. *Visnik vinnitskogo politehnicznego institutu*, 3, 99-102.
2. Zhdanova, O.M., Bazilchuk, V.B. (2003). Stavlennya studentiv do traditsynogo zmlstu urochnoyi formi zanyat [Attitude of students is toward traditional maintenance of the fixed form of employments]. *Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizicznego vihovannya i sportu*, 17, 46-51.
3. Klepko, S. (2008). *Modernizatsiyni protsesi v suchasniy osviti [Modernisation processes are in modern education]*. Kiyiv : ShkIlnyi svIt, 120.
4. *Nakaz Ministerstva osviti i nauki Ukrayini vid 11.01.2006 r. N4, zareestrovano v Ministerstvi yustitsiyi Ukrayini, 2006. N249/12123 «Pro zatverdzhennya polozhennya pro organizatsiyu fizicznego vihovannya i masovogo sportu u vischih navchalnih zakladah» [Order of Department of education and science of Ukraine from 11.01.2006 № 4, it is registered in Ministry of Justice of Ukraine, 2006. № 249/12123 "About claim of Statute about organization of physical education and mass sport in higher educational establishments"]*.
5. *Zakon Ukrayini «Pro vischu osvitu» m. Kiyiv, 1 lipnya 2014 roku N 1556-VII [Law of Ukraine "On higher education" Kyiv, on July, 1, 2014 № 1556 - VII]. Ofitsiyniy visnik Ukrayini, 63, 7.*
6. Semerikov, S.O. (2009). *Fundamentalizatsiya navchannya informatsiynih distsiplin u vischiiy shkoli [Fundamentalization of studies of informative disciplines is at higher school]*. Kriviy Rig: Mineral, 340 s.
7. Sisoeva, S.O. (2006). *Osnovi pedagogichnoyi tvorchosti: pIdruch. dlya stud. visch. ped. navch. zakl. [Fundamentals of pedagogical creativity]*. APN UkraOini, In-t pedagogiki I psihologoi prof. osviti. - K. : Menium, 346.
8. Tereschuk, G.V. (2010). *Navchalniy protses u vischomu zakladI pedagogIchnoYi osvIti v kontekstI InnovatsIynih zmin [The educational process in higher educational institution in the context of education innovation changes]*. *Naukovi zapiski ternopil'skogo natsIonalnogo pedagogicznego universitetu imeni Volodimira Gnatvuka. Seriya : Pedagogika*. 3. 115-120.
9. Kozina, Z. (2015). *Recoverv functional condition of sportsmen using individual non-traditional means of rehabilitation. Journal of Physical Education and Sport*, 15(4), 634-639. doi:10.7752/jpes.2015.04096
10. Kozina, Z., Iermakov, S., Cretu, M., Kadutskava, L., & Sobvanin, F. (2017). *Physiological and subiective indicators of reaction to nhyical load of female basketball players with different game roles. Journal of Physical Education and Sport*. 17(1), 1428 - 1432. doi:10.7752/jpes.2017.01056
11. Kozina, Z., Repko, O., Ionova, O., Boychuk, Y., & Korobeinik, V. (2016). *Mathematical basis for the integral development of strength, speed and endurance in sports with complex manifestation of physical qualities. Journal of Physical Education and Sport*, 16(1), 70-76. doi:10.7752/jpes.2016.01012
12. Kozina, Z., Sobko, I., Yermakova, T., Cieslicka, M., Zukow, W., Chia, M., . . . Korobeinik, V. (2016). *Psycho-physiological characteristics of female basketball players with hearing problems as the basis for the technical tactic training methodic in world level teams. Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1348-1359. doi:10.7752/jpes.2016.04213



13. Kozina Z.L., Iermakov S.S. Analysis of students' nervous system's typological properties, in aspect of response to extreme situation, with the help of multi-dimensional analysis. *Physical education of students*, 2015. №3. 10-19. <http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2015.0302>
14. Kozina Z.L., Iermakov S.S., Kadutskaya L.A., Sobyenin F.I., Krzeminski M., Sobko I.N., Ryepko O.A. Comparative characteristic of correlation between pulse subjective indicators of girl students' and school girls' reaction to physical load. *Physical education of students*, 2016. №4. 24-34. doi:10.15561/20755279.2016.0403
15. Kozina Z.L., Iermakov S.S., Kuzmin V.A., Kudryavtsev M.D., Galimov G.J. Change of cortisol and insulin content in blood under influence of special workability recreation system for students with high motor functioning level. *Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences*, 2016. № 2. 15-28.
16. Zhanneta K., Irina S., Tatyana B., Olena R., Olena L., Anna I. The applying of the concept of individualization in sport. *Journal of Physical Education and Sport*, 2015. №2. 172-177. doi:10.7752/jpes.2015.02027
13. Kozina, Z.L., & Iermakov, S.S. (2015). Analysis of students' nervous system's typological properties, in aspect of response to extreme situation, with the help of multi-dimensional analysis. *Physical education of students*, 3, 10-19. <http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2015.0302>
14. Kozina, Z.L., Iermakov, S.S., Kadutskaya, L.A., Sobyenin, F.I., Krzeminski, M., Sobko, I.N., & Ryepko, O.A. (2016). Comparative characteristic of correlation between pulse subjective indicators of girl students' and school girls' reaction to physical load. *Physical education of students*, 2016, (4), 24-34. doi:10.15561/20755279.2016.0403
15. Kozina, Z.L., Iermakov, S.S., Kuzmin, V.A., Kudryavtsev, M.D., Galimov, G.J. (2016). Change of cortisol and insulin content in blood under influence of special workability recreation system for students with high motor functioning level. *Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences*, 7(2), 15-28.
16. Zhanneta, K., Irina, S., Tatyana, B., Olena, R., Olena, L., & Anna, I. (2015). The applying of the concept of individualization in sport. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 172-177. doi:10.7752/jpes.2015.02027

Інформація про авторів

Павленко В.О., к. пед.наук, доцент;
<http://orcid.org/0000-0003-0888-2485>;
pavlenko102@ukr.net; Харківська державна академія фізичної культури; вул. Клочківська 99, м. Харків, 61058, Україна.

Принята в редакцію 04.04.2017

Information about the authors

Pavlenko V.O.; <http://orcid.org/0000-0003-0888-2485>; pavlenko102@ukr.net; Kharkiv State Academy of Physical Culture; Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

Received: 04.04.2017