

ної економіки, формування в учнів науково-практичних і дослідницько-пошукових компетенцій, а також здатності до саморозвитку та самоосвіти.

3. Організація профільного навчання передбачає використання різноманітних форм, вибір яких обумовлюється низкою факторів: кількістю класів у паралелі, кількістю профілів, кадровим забезпеченням, інтересами учнів та їхніх батьків, матеріально-технічною базою.

На сьогоднішній день особливо гострою є проблема забезпечення висококваліфікованими вчителями фізичного виховання загальноосвітніх шкіл. Це пов'язано з довготривалою практикою підготовки вчителів традиційних профільних напрямів (філологів, математиків) та з відсутністю необхідної уваги до формування високопрофесійного кадрового складу вчителів, що вивела цю проблему в стан загальнонаціональної. Практика, що склалася в педагогічних вищих закладах, формує невисокий соціальний статус викладача фізичного виховання. Як наслідок цього, спостерігається явне зниження інтересу до цієї професійної діяльності, слабшають і руйнуються традиції вітчизняної школи фізичного виховання, губиться престижність професії педагога з фізичного виховання. Ця ситуація повинна докорінно змінитися під впливом сучасних освітніх доктрин і багаторічних комплексних програм.

Висновки та перспективи. У роботі наведено теоретичне узагальнення й нове розв'язання наукової проблеми підготовки майбутніх учителів фізичного виховання до профільного навчання у старшій школі. Аналіз проблеми засвідчив, що підготовка вчителів фізичного виховання – це процес, який включає навчання, виховання і розвиток і відображає специфіку фахової підготовки на рівні засвоєння системи знань, умінь, навичок й формування особистості такого вчителя, що дозволяє глибоко

осмислювати завдання фізичного виховання старшокласників, послідовно вирішувати складні навчально-виховні ситуації, які виникають на уроці фізичної культури, прогнозувати і моделювати фізкультурно-оздоровчу та спортивно-масову роботу у загальноосвітніх навчальних закладах.

Принципами організації профільного навчання виступає формування у старшокласників інтересу та мотивації до поглибленого вивчення конкретного виду спорту в загальноосвітній школі, що сприяє подальшому професійному самовизначенню на професію вчителя фізичного виховання або тренера з обраного виду спорту.

Проведене дослідження не вичерпує всіх проблем підготовки майбутніх учителів фізичного виховання до профільного навчання в старшій школі. Перспективою бачиться розроблення методики використання програми курсів за вибором за спортивною спеціалізацією.

Література

1. Артемова Л. К. Профильное обучение: опыт, проблемы, пути решения / Л. К. Артемова // Школьные технологии. – 2003. – № 4. – С. 22–31.
2. Бібік Н. Профільна школа як стратегія рівного доступу до якісної освіти / Н. Бібік // Директор школи. – 2004. – № 37. – С. 2–3.
3. Железняк Ю. Д. Готовить будущих учителей еще за школьной партой / Ю. Д. Железняк, В. А. Голубев // Физ. культура в шк. – 1993. – № 4. – С. 63–64.
4. Зубалій М. Зміст навчальної діяльності старшокласників зі спортивного профілю / М. Зубалій // Здоров'я та фіз. культура. – 2008. – № 3. – С. 1–5.
5. Іванова Л. Особливості профільного навчання з фізичної культури / Л. Іванова // Фіз. виховання в шк. – 2004. – № 1. – С. 5–6.
6. Концепція профільного навчання в старшій школі // Інформ. зб. М-ва освіти і науки України. – 2003. – № 24. – С. 3–15.
7. Концепція педагогічної освіти : Затверджено МО України від 23 груд. Обучения студентов 1998 р. – К. : Генеза, 1998. – 13 с.
8. Програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Спортивний профіль. 10–11 кл. // Фіз. виховання в шк. – 2004. – № 2. – С. 7.
9. Латыпов И. К. Концептуальные основы профильного обучения в области физической культуры / И. К. Латыпов // Спорт в шк. – 2006. – № 17. – С. 40–48.
10. Ротерс Т. Т. Теоретичні засади профільного навчання старшокласників за спортивним напрямком / Т. Т. Ротерс // Фізичне виховання різних груп населення. – Донецьк, 2008. – С. 12–15.
11. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект) : монографія / Л. П. Сущенко. – Запоріжжя, 2003. – 349 с.
12. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання : навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша. – Т. : Збруч, 2000. – 183 с.

УДК 796.011.3(477)



Дмитро Воронін, Яна Білан

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Дмитрий Воронин, Яна Билан.

Особенности формирования здоровьесберегающей компетентности студентов в процессе занятий физической культурой.

А Розглядаються психолого-педагогічна характеристика, функції, принципи і компоненти особливостей формування здоров'язберігальної компетентності студентів у процесі занять фізичною культурою.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, функції формування ЗЗК: освітня, рекреаційна і оздоровлювальна, комунікативна, формувальна, інформаційна.

А Рассматриваются психолого-педагогическая характеристика, функции, принципы и компоненты особенностей формирования здорового образа жизни студентов в процессе занятий физической культурой.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, функции формирования ЗЗК: образовательная, рекреативная и оздоровительная, коммуникативная, формирующая, информационная.

Dmytro Voronin, Yana Bilan.

Forming process basis of health saving students' competence in the process of physical culture training.

S Article describes psychology & pedagogical characteristics, functions, principles and components of students' healthy way of life forming and peculiarities of the process of physical culture training.

Key words: healthy way of life, functions of health protection competence forming: educative, recreational and health-improving, communicative, forming, informational.

Актуальність. Уніфікація здоров'язберігальних освітніх технологій у навчально-виховному процесі вишу визначає обґрунтованість оздоровчої системи, яка повинна бути побудована з урахуванням базових запитів студентів. Тільки в цьому випадку створюються умови для індивідуально-гармонійного розвитку, забезпечується загальний психологічний комфорт і домінування у студентів позитивних настанов на здоровий спосіб життя; формування стійкої мотивації на зміцнення індивідуального і громадського здоров'я. Наше дослідження з вивчення закономірностей розвитку студентів і їхньої потрібнісно-мотиваційної сфери показує, що студенти молодших і старших курсів суттєво відрізняються один від одного за даними питаннями, що необхідно враховувати, формуючи їх мотивацію на здоров'язберігальну компетентність (ЗЗК).

Мета дослідження. Визначити особливості функцій, принципів, компонентів і психолого-педагогічної характеристики формування здоров'язберігальної компетентності студентів у процесі занять фізичною культурою.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Управління процесом формування ЗЗК студентів вишів буде ефективнішим, якщо в роботі з ними будуть враховані психологічні особливості віку 17–23 років. Вивчення цього вікового періоду здійснювалось багатьма вітчизняними і зарубіжними дослідниками (І. Аносовим, Л. Матвєєвим, М. Оксою та ін.). Накопичений великий емпіричний матеріал спостережень і результатів експериментів з цієї проблеми. Свідчення численних досліджень дозволяють охарактеризувати студента, як людину певного віку і як особистість, з трьох сторін. По-перше, із соціальної, в якій відбиваються суспільні відносини. Соціальний бік проявляється в особистості студента завдяки включеності його в студентське середовище, виконанню ним функцій, передбачуваних вищівським процесом навчання та виховання. По-друге, з психологічної, яка являє собою єдність психічних процесів, стану і якостей особистості. По-третє, з біологічної, яка включає тип вищої нервової діяльності, будову аналізаторів, фізичний стан тощо.

Результати дослідження. Студентський вік характеризується інтенсивною роботою над формуванням своєї особистості, відпрацюванням індивідуального стилю поведінки. Це час пошуку студентами відповідей на різноманітні морально-етичні, естетичні, наукові, загальнокультурні, політичні та інші питання. Формування особистості, свого «Я» йде від зовнішнього обліку до того, що визначає ядро, стрижень особистості, – її характеру і світогляду. З студентським віком пов'язано початок професійної діяльності, створення сім'ї. У цей час найчастіше молодь проявляє себе в творчій діяльності – художній, технічній, науковій, фізкультурно-спортивній. Пошук свого покликання поєднується з недосвідченістю, емоційною вразливістю, імпульсивністю, переоцінкою своїх сил, і в зв'язку з цим – розчаруванням під час зустрічі з неочікуваними труднощами [1; 2; 3]. Студентському віку притаманна деяка дисгармонія. Бажання і прагнення у молодих людей розвиваються раніше, ніж воля і сила характеру. В таких умовах вони не завжди здатні подавити дуже палкі устремління і бажання. Їм не вистачає соціальної зрілості. В ціло-

му цьому віку притаманні такі протиріччя:

- з одного боку, широкий кругозір, допитливість, енергія, почуття нового, прагнення проявити себе, а з іншого – песимізм, апатія, політичний і правовий нігілізм, непослідовність, нечіткість інтересів;
- прагнення до самостійності, незалежності суджень і дій, у той же час велика тяга до групового впливу, підтримки авторитетними особами своїх поглядів, однолітків, найближчого оточення, що відіграють роль референтної групи;
- потреба у самоствердженні, разом з тим скромний арсенал форм, методів і засобів самовираження особистості, недостатній життєвий досвід. Найчастіше він примушує йти на морально негідні, а часом і юридично незаконні вчинки;
- в оцінках, висловлюваннях і відносинах проявляється прагнення до визначеності, чіткості, однозначності. Ці якості пояснюються юнацьким максималізмом, прагненням якими б то не було засобами відстояти свою думку (досить часто помилкову або суперечливу). Однак це межує з мінливістю, слабкістю переконань, мізерністю аргументації, недостатньою наполегливістю і послідовністю в досягненні мети;
- гостре сприйняття, сильна вразливість, підвищена емоційність, що веде за собою і підвищену конфліктність, збудженість, поспішність у рішеннях і діях;
- до 18 років у молодій людині вже сформовані деякі риси характеру, випрацьовані певні динамічні стереотипи поведінки і взаємовідносини з іншими. Умови студентства вимагають перегляду багатьох сформованих рис, а це досить складний і вразливий процес психологічної перебудови характеру;
- 18–20 років – це період бурхливого формування потреб людини, зокрема, він збігається з кульмінаційним періодом статевої активності чоловіків. Неможливість у студентських умовах задовольнити різноманітні виникаючі бажання веде до фрустрації, породжує психологічну напругу і може штовхнути студента на пошук аморальних, а в деяких випадках і незаконних засобів задоволення потреб;
- багато що сприймається в романтичному світлі, в тому числі юнаків і дівчат вабить романтика студентського життя [4].

Найважливішими рисами студентського віку є такі:

Самопізнання – перша передумова активності особистості яка розвивається. Оцінка самого себе проходить в основному трьома засобами: студент порівнює себе з омріяним або реальним ідеалом; дається самооцінка на основі досягнутих результатів; порівнюється думка про самого себе з думкою старших товаришів або друзів.

Самоствердження проявляється в яскравій вимозі зайняти певну позицію в групі, в дружній компанії. Самоствердження може бути причиною позитивної чи негативної поведінки студента.

Самостійність проявляється в прагненні випробувати свої сили, характер. Студент може хворобливо реагувати на дії тих, хто зазіхає на його самостійність. Але разом з тим, він тягнеться до людей до свідчених, які розуміють його прагнення.

Самовизначення пов'язане з пошуком свого морального ідеалу, визначенням для себе соціальних цінностей, життєвого визнання, вибором фаху, і на самкінець, створенням сім'ї.

Максималізм притаманий значній частині студентів молодших курсів. Він, зазвичай, проявляється в прагненні зробити більше, ніж реально можливо. Цілеспрямованість, порив праці при першій невдачі можуть перерости в розчарування, згубити віру в свої сили.

Колективізм, потреба в товариському спілкуванні, в опорі на думку товаришів є також рисою, яка виділяє цей віковий період [4].

У студентському віці закінчується фізичне дозрівання організму. Цей період характеризується «піками» розвитку фізіологічних потенціалів (максимальна реактивність організму, оптимальні рівні артеріального тиску, насичення крові киснем тощо). До 17–18 років процес всебічного вдосконалення рухової функції близький до завершення. До цього віку закінчується формування співвідношення сили різних м'язових груп, яке типове для дорослих людей. Одночасне збільшення максимальних показників сили (на 1кг маси тіла), швидкості руху та інших показників свідчить про те, що активно розвиваються рухові якості. Разом з тим, у зв'язку з інтенсивністю фізичного розвитку, а також обмеженим досвідом управління собою у молодій людини процеси збудження зазвичай переважають над процесами гальмування. До 18–20 років завершується формування вегетативних функцій. Витривалість є однією з найважливіших рухових якостей. У 20–29 років її розвиток досягає найвищого рівня. У цей віковий період організм зберігає відносну працездатність, загальний високий рівень функціональної активності.

У наш час у віковому періоді 18–22 роки отримали розповсюдження наркоманія, пияцтво, статева розпуста, цинізм, зниження цінності людського життя, зневіра в ідеалах, а також інші соціальні хвороби і негаразди. Таким чином, студентський вік можна назвати заключним етапом поступового вікового розвитку психофізіологічних і рухових можливостей організму. Студенти в цей період володіють великими можливостями для напруженої навчальної праці. У цьому зв'язку заняття з фізичної підготовки з основами ЗЗК стають для них важливим засобом зміцнення здоров'я, природною біологічною основою для формування особистості, ефективного навчання та оволодіння обраним фахом.

Дослідженнями доведено, що проблему формування ЗЗК студентів вищу в процесі занять фізичною культурною треба розглядати не тільки з боку структурних компонентів, але й функційних зв'язків і відносин. З метою ширшого уявлення про сутність формування ЗЗК студентів, його роль і місце в системі суспільних явищ нами застосований аналіз функцій його існування. Необхідно відзначити, що функції формування ЗЗК студентів у процесі занять з фізкультури можуть бути зрозумілими, якщо врахована їх специфіка, різноманіття відносин і спілкування, система ціннісних орієнтацій, можливість самореалізації особистості. Враховуючи ці особливості, виділяємо наступні основні функції формування ЗЗК студентів у процесі занять фізкультурною: освітню, рекреативну та оздоровчу, комунікативну, формувальну та інформаційну.

Освітня – полягає в тому, що процес навчання культури здоров'я спрямований, перш за все, на формування знань, умінь і навичок, збагачення досвіду творчої діяльності з виховання бережного

ставлення до збереження і загартування індивідуального здоров'я. Знання в педагогіці визначається як переважно логічна інформація про навколишній і внутрішній світ людини, зафіксована в її свідомості [6]. Це означає, що в процесі формування ЗЗК на заняттях з фізкультури студенти повинні отримувати необхідні фундаментальні відомості з основ здоров'я, які представлені у визначеній логічній послідовності, усвідомити їх і використовувати в різних ситуаціях. Під уміннями в нашому дослідженні треба розуміти засвоєння студентами прийомів, засобів діяльності, спрямованої на збереження і закріплення свого індивідуального здоров'я, і здатність застосовувати їх на практиці.

Рекреативна і оздоровча функції – виражені під час використання фізкультурно-спортивної діяльності в сфері організації здорового дозвілля або в системі спеціальних відновлювальних заходів. Вона застосовується з метою задоволення емоційних запитів, активного відпочинку і відновлення тимчасово втрачених функційних можливостей організму.

Комунікативна – спрямована на формування у студентів системи цінностей, які передбачають можливість розширення кола спілкування в студентському колективі і поза ним; стимуляцію творчої активності, здібності студентів до духовного росту як засобу профілактики стресових ситуацій у повсякденній діяльності.

Формувальна – означає, що в процесі навчання, засвоєння фундаментальних знань відбувається формування внутрішнього світу студента. Воно поєднує всі напрямки його розвитку: здоров'язберігального мислення, сенсорної і рухової, емоційно-вольової і мотиваційно-ціннісної сфера.

Інформаційна – розглядається як засіб накопичення, розповсюдження і передачі інформації, що стосується охорони і збереження індивідуального здоров'я людиною. Духовні та матеріальні цінності, створені людством у галузі збереження та закріплення здоров'я, є носіями суттєвої інформації, перш за все, про засоби вдосконалення своїх природних якостей і функційних можливостей організму. Інформаційна функція взаємопов'язана з усіма функціями формування ЗЗК студентів. Цей зв'язок обумовлений необхідністю інформаційного забезпечення для нормального функціонування. Процес розвитку здоров'язберігального виховання йде в напрямку передачі досвіду викладача студентам від найпростіших практичних умінь і навичок до систематизованої інформації, зафіксованої свідомістю у вигляді знань, принципів поведінки і діяльності, спрямованої на збереження і закріплення індивідуального здоров'я.

Реалізація розроблених функцій формування ЗЗК студентів вищу знайшла відображення в принципах, які використовуються в нашій дослідно-педагогічній праці. В сучасній науці принципи – це основні вихідні положення якої б то не було теорії, керівна ідея, основні правила поведінки, дії. Принцип (від лат. Principium – «основа», «початок»): основне, вихідне положення якоїсь теорії, вчення, науки, світогляду і т. д.; внутрішнє переконання людини, яке визначає її ставлення до дійсності, норми поведінки і діяльності. Принципи в нашому дослідженні відображають основні вимоги до організації здоров'язберігальної діяльності, вказують її

напрями, а в підсумку допомагають творчо підійти до побудови педагогічного процесу з формування здоров'язберігальної компетентності студентів у процесі занять з фізичної підготовки.

Формування ЗЗК студентів вишу в процесі занять з фізичної підготовки спирається в нашому дослідженні на такі принципи:

- гуманізації – увага до особистості кожного студента як до вищої соціальної цінності – визначає формування якостей особистості, що розвивають її суспільну активність, працездатність, комунікабельність, орієнтують на естетичні ідеали;

- урахування ціннісних настанов, орієнтацій і потреб студентів – передбачає врахування ціннісних настанов, орієнтацій і потреб студентів у процесі формування ЗЗК, які змінюються під впливом суспільного життя. Цей принцип спрямований на розвиток усвідомленого вибіркового, позитивного ставлення до фізкультурно-оздоровчої діяльності на основі задоволення потреб;

- урахування індивідуальних особливостей студента – цілеспрямованість студентів може видозмінюватись у залежності від умов професійної та інших видів діяльності. Тому формування ЗЗК студентів буде якіснішим, якщо будуть ураховані індивідуальні особливості, що залежать від специфічних умов, які впливають на повсякденне життя студентів вишу;

- діяльнісного підходу – націлює студентів на активне виконання індивідуальних програм фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності, розвиває пізнавальні і творчі можливості, включає студентів у процес фізичної самоосвіти та самовдосконалення;

- цілісності – являє собою такий рівень організації освітнього процесу університету, під час якого стимулюється активний розвиток у цілому, проходить орієнтація студентів на формування загальної здоров'язберігальної та фізичної культури в єдності знань, умінь, навичок, переконань, творчих здібностей у питаннях закріплення здоров'я;

- професійної спрямованості – є одним із першочергових принципів, реалізує основне призначення закріплення здоров'я студентів – готує їх до навчально-виховних завдань. Він вимагає, щоб у процесі впровадження здоров'язберігальної компетентності першочергова увага надавалась розвитку та вдосконаленню тих знань, умінь і якостей студентів, які мають найпрактичніше значення під час виконання ними своїх функційних обов'язків;

- оздоровчої спрямованості – головне завдання його полягає в обов'язковій установці на досягнення найбільшого і, безумовно, оздоровчого ефекту, тобто ефекту закріплення здоров'я. Значним є те, що цей принцип, як відзначає Л.П. Матвеев, містить не тільки профілактичний смисл (не допускати порушення здоров'я), але й активно діючу настанову (укріплювати, покращувати, вдосконалювати), час націлює на той шлях до стійкого здоров'я, який проходить через непохитне підвищення рівня дієдатності людини...» [5];

- попереджувального розвитку – передбачає включення в здоров'язберігальний освітній процес студентів завдань і справ, для засвоєння яких необхідний вищий фізичний та інтелектуальний розвиток;

- науковості – є провідним орієнтиром під час формування здоров'язберігальної компетентності студентів вишу. Час регламентує наше дослідження

у відповідності з рівнем розвитку науки і техніки, з досвідом, який накопичений світовою цивілізацією з питань збереження та закріплення здоров'я студентів;

- цілісності і міждисциплінарності – використовується нами для комплексного керівництва й організації процесу формування ЗЗК студентів, дозволяє ширше розкривати питання збереження індивідуального здоров'я під час вивчення предметів і дисциплін, передбачених програмою університету;

- безперервності формування ЗЗК студентів вишу – дозволяє послідовно готувати студентів до вивчення наступного матеріалу, фізичних вправ і сприяє закріпленню сформованих навичок, тобто, щоб від заняття до заняття в максимальній мірі використовувався позитивний перебіг раніше отриманих знань, умінь, навичок;

- узгодженості вимог керівництва вишу, викладачів кафедр і колективу студентів, при дотриманні яких можлива реалізація принципів управління процесом формування ЗЗК. Керуючись перерахованими принципами в дослідженні, використовуємо різноманітні засоби для формування ЗЗК студентів.

Вивчаючи початковий рівень прояву компонентів ЗЗК у студентів, прийшли до висновку, що на початку першого етапу він практично однорідний у студентів контрольної й експериментальної груп. На початку дослідження провели анкетування студентів для виявлення їхнього ставлення до свого здоров'я. Перед ними було поставлене запитання: «Назвіть 10 життєво необхідних Вам цінностей». Результати тестування до початку педагогічного експерименту в контрольній і експериментальній групах практично не відрізнялись. У контрольній групі здоров'я займало 9 позицію: на 1-е місце здоров'я поставили 5 студентів (11, 1%); взагалі про здоров'я не сказали 28 (62, 2%). В експериментальній групі тільки 4 студенти (8, 8%) поставили здоров'я на 1–3-є місце і 30 (66, 7%) не знайшли місця здоров'ю в своїх життєвих цінностях.

Досліджуючи мотиви закріплення індивідуального здоров'я, виявили, що ними були: 1) для удосконалення фізичної підготовки; 2) не хворіти; 3) продовжити молодість; 4) поїхати на канікули; 5) для професійного вдосконалення. Мали місце мотиви закріплення здоров'я, такі як можливість кращого забезпечення сім'ї, щоб почувати себе здоровим, бути не гіршим за інших і т. д. За даними відповідями можна судити про те, що студенти не досить правильно розуміють предмет, про який ведеться мова. Це дає можливість передбачати, що ними не чітко усвідомлюються істинні мотиви, які спонукають зміцнювати здоров'я. Аналіз вихідних даних свідчить про те, що на першому етапі нашої дослідно-педагогічної роботи достовірних різниць між контрольною і експериментальною групами не виявлено ($P > 0,05$) (табл. 1, 2):

Таблиця 1

Динаміка виконання студентами загартувальних процедур (%)

| Групи | Абітурієнти | 1 курс | 3 курс | 5 курс |
|-------|-------------|--------|--------|--------|
| КГ | 77,5 | 65,0 | 37,5 | 17,5 |
| ЭГ | 85,0 | 80,0 | 77,5 | 70,0 |

Таблиця 2

Динаміка самостійної рухової активності студентів вишу на старших курсах навчання (%)

| Заходи, які виконуються | 3 курс | | 4 курс | | 5 курс | |
|--|--------|----|--------|------|--------|------|
| | КГ | ЕГ | КГ | ЕГ | КГ | ЕГ |
| Систематичне, самостійне виконання УФЗ | 55 | 60 | 35 | 57,5 | 12,5 | 52,5 |
| Організація самостійної рухової активності | 77,5 | 80 | 60 | 77,5 | 27,5 | 75 |
| Використання студентами активних форм відпочинку | 55 | 60 | 47,5 | 62,5 | 32,5 | 67,5 |

У структурно-логічній схемі ЗЗК студентів і в процесі занять із фізкультури розвиток інформаційного компонента займає високе місце. На всіх етапах розвитку він націлює студента на вибір активної життєвої позиції в фізкультурно-оздоровчій сфері, спрямованій на збереження та закріплення індивідуального здоров'я, через збільшення обсягу знань, умінь і навичок в організації самостійного рухового режиму. Інформаційний компонент дозволяє студентам включитись у творчу діяльність, обґрунтовану отриманими знаннями. Він орієнтує студентів на самостійне вивчення значущих питань збереження здоров'я. Інформація про збереження та закріплення здоров'я поступає до студентів із різних джерел: засобів масової інформації, розповідей, стендів, відеозаписів, бесід і т. д. У нашому дослідженні блок інформації подається у формі розповідей, бесід, розділів на стендах тощо. Прояв інформаційного компонента характеризується засвоєнням студентами отриманих у період навчання знань з основ СПВ і можливістю їхнього використання у повсякденній діяльності для закріплення індивідуального здоров'я. Проведене попереднє дослідження дозволило зробити висновок, що на початковому етапі немає достовірної різниці за рівнем знань основ ЗЗК у студентів контрольної та експериментальної груп (табл. 3):

Таблиця 3

Динаміка прояву аксіологічного компонента ЗЗК (%)

| Рівні | Групи | Етапи формування ЗЗК студентів вишу | | | | |
|----------|-------------------------|-------------------------------------|--------|--------|--------|--------|
| | | 1 етап | 2 етап | 3 етап | 4 етап | 5 етап |
| Низький | Контрольна Експеримент. | 37,5 | 27,5 | 25,0 | 20,0 | 17,5 |
| | | 32,5 | 20,0 | 12,5 | 5,0 | 2,5 |
| Середній | Контрольна Експеримент. | 62,5 | 72,57 | 77,5 | 75,0 | 77,5 |
| | | 67,5 | 77,5 | 65,0 | 67,5 | 62,5 |
| Високий | Контрольна Експеримент. | - | - | 2,5 | 5,0 | 5,0 |
| | | - | 2,5 | 20,0 | 27,5 | 35,0 |

Отже, розглядаючи процес навчання студентів, основним джерелом отримання знань із питань збереження та закріплення здоров'я можна вважати викладачів фізичного виховання. Важливу роль в

інформаційному забезпеченні студентів займають стенди і плакати тощо, які відбивають окремі елементи ЗЗК. Усе це буде сприяти розширенню кругозору студентів з основ ЗЗК і творчому використанню ними отриманих знань у житті.

У нашому дослідженні прояв творчого компонента необхідно розглядати як підсумок діяльності, спрямованої на засвоєння студентами теоретичних положень, і можливість їхнього практичного використання з метою закріплення і збереження індивідуального здоров'я в стандартних і нестандартних життєвих ситуаціях.

На першому етапі, за даними експертних оцінок, рівень прояву творчого компонента у студентів контрольної та експериментальної груп статистично не відрізняються ($P > 0,05$). Студенти не використовували потенційні можливості в збереженні свого здоров'я під час штучно створених нестандартних ситуацій. Вони виявились нездатними розглядати підручні предмети з позиції їхнього використання з метою закріплення та збереження здоров'я. Це дозволяє зробити висновок, що вихідний рівень потенційних можливостей до творчої діяльності якісно однаковий.

Висновки. Розкриваючи функційні зв'язки і відносини в дослідно-педагогічній праці, виділяємо функції формування ЗЗК студентів вишу в процесі занять із фізкультури. Ними стали: освітня, рекреативна і оздоровча, комунікативна, формувальна і інформаційна. Виділення численних функцій передбачає використання різноманітних форм (навчальних занять, ранкової фізичної зарядки, спортивної роботи, фізичних тренувань у процесі навчально-виховної діяльності і додаткових заходів), засобів (фізичних вправ, природних сил доквілля, гігієнічних факторів, допоміжних, додаткових і відновлювальних) і методів (переконання, прикладу, вправ, заохочення і примусу) для реалізації в практиці вишу фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Також виділяємо наступні принципи формування ЗЗК студентів у процесі занять із фізичної культури: гуманізації, врахування ціннісних установок, орієнтації і потреб студентів; урахування індивідуальних особливостей; оздоровлювальної спрямованості; попереджувальної розвитку; науковості; природодоцільності, цілісності і міждисциплінарності; безперервності формування ЗЗК студентів; узгодженості вимог керівництва, викладачів і студентського колективу вишу. Їхнє використання дозволило на якіснішому рівні організувати процес формування ЗЗК студентів у процесі занять із фізкультури.

Література

1. Аносов І.П. Сучасний освітній процес: антропологічний аспект: монографія / І. П. Аносов. – К.: ТвімІнтер, 2003. – 210 с.
2. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и каждого / В. К. Бальсевич. – М.: Физическая культура и спорт, 1986. – 208 с.
3. Виленский М.Я., Черняев В.В. Гуманитарные ориентиры физической культуры в подготовке специалистов / М. Я. Виленский, В. В. Черняев // Педагогическое образование и наука. – 2002. – № 3. – С. 14–18.
4. Окса М.М. Вивчення дисциплін загальнопедагогічної підготовки вчителя у педагогічних вузах України (1917–1991 рр.). / М. М. Окса – К.: ТОВ "Міжнар. фін. агенція", 1997. – 315 с.
5. Дембо А. Г. Актуальные проблемы современной спортивной медицины / А. Г. Дембо // Предисл. В. В. Агеевцева. – М.: Фис, 1980. – 295 с.
6. Заходи Міністерства освіти України щодо реалізації Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації», затвердженої Указом Президента України від 01.09.98 р. № 963/98 // Інформ. зб. Міносвіти України. – 1999. – № 7. – С. 4–14.