

9.Gornicka B. Usamodzielnienie jako forma zapobiegania wykluczeniu społecznemu mlodziezy niedostosowanej społecznie — rola i zadania pedagoga, W: Powinnosci i kompetencje w wychowaniu osob niedostosowanych społecznie, red. Z. Bartkowicz, A. Weglinski, A. Lewicka, Lublin 2010, UMCS, - 357s.

В статті розглядається проблема професійного освіти студентів педагогічних університетів. Підкреслюється, що важливою задачею педагогічної науки є розробка системи модернізації університетського освіти. Основною і головним стимулом цього процесу є глобалізація – нова світова тенденція, з допомогою якої образ життя, розповсюдження товарів споживання і ідей стають стандартизованими по всьому світу.

Ключові слова: глобалізація, глобалізаційний концепт, освітні інновації, освітні стандарти, європейське освітнє простір.

The article deals with the problem of the professional education of the students who are studying at the Pedagogical University. The main task of the pedagogical science today is to create the system of the future teacher professional education. The Research is devoted to the comprehensive analysis of innovations in Ukraine in the context of globalization of society and the conceptualization of the major innovation trends in education. It has been shown that education as an important social institution, is also experiencing globalization effect and creates an open information space, which naturally reflects the globalization of information space, which is a prerequisite for entry the education in a global status. The conceptual framework for these activities have been formulated. The theoretical basis for the integration of Ukrainian Educational informational space of into the European educational space has been developed, as well as concrete ways for reformation of education and building of a knowledge society have been identified. The European educational experience and informational policies have been generalized and the impact of their main trends on the OSCE member countries and personality has been analyzed. The practical significance of the results determined by the effectiveness of the proposed approach in thinking about educational policy, its structural elements, the directions of its influence on the development of a knowledge society, knowledge-economy of the individual.

Key words: globalization, the globalization concept, educational innovations, educational standards, the European educational space.

УДК 372.879.601.11

Мороз Федір Васильович,
старший викладач,
Мукачівський державний університет

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА ЇЇ ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ СТУДЕНТСТВА У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

У статті розглядається значення фізичної культури для студентства у сучасному суспільстві. Зосереджено увагу на пріоритетах, серед яких розвиток усіх видів діяльності людини. Визначено ступінь їх вираженості, що обумовлено багатьма чинниками, головними з яких є прояв різноманітності змісту, форм, методів і засобів діяльності. Обґрунтовано, що розвиток фізичних якостей, удосконалення форми, будови та функцій організму залежать від природних задатків людини.

Звернуто увагу, що фізкультурна освіта спрямована на формування свідомого та активного діяча фізичної культури, на організацію здорового способу життя у змінюваних ситуаціях.

Ключові слова: здоров'я людини, фізична культура, індивідуальні здібності, розвиток фізичних якостей.

Постановка проблеми. Здоров'я людини – не тільки індивідуальна, а й суспільна цінність. Формування здорового способу життя підлітків та молоді стала важливою складовою соціально-економічної та гуманітарної державної політики. На порядку денному держави - проведення комплексу глибоких соціально-економічних реформ, спрямованих на збереження та розвиток людського капіталу з метою оновлення нації та забезпечення входження України в коло найбільш конкурентно-спроможних країн світу.

Однак стійкого переконання у необхідності дотримання здорового способу життя у молодіжному середовищі не сформовано. Більшість юного покоління стурбована станом навколишнього середовища, умовами праці, навчання та відпочинку, власним матеріальним становищем, доступністю та якістю медичного обслуговування. Гострими стали проблеми бідності, безпритульності, безробіття, забезпечення здоровим

харчуванням. Негативно вплинули на здоров'я молоді наслідки світової кризи.

Як результат - переважають безнадія, пасивні форми дозвілля, різні форми залежності: алкоголь, тютюнопаління, наркотики тощо. Не користуються популярністю у підлітків та молоді заняття фізичною культурою та спортом. Це призводить до «вимивання» із суспільно-корисного життя молодого, перспективного прошарку населення[3].

З розвитком суспільства та матеріальних цінностей розвивається як загальна, так і фізична культура. При цьому ступінь розвитку однієї значно позначається на вираженості другої.

Водночас з розвитком суспільства фізична культура відгалужується від загальної культури в самостійну галузь.

У статті 1 Закону України "Про фізичну культуру і спорт" сказано, що "фізична культура - складова частина

загальної культури суспільства, яка спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості"[4].

На сучасному етапі розвитку суспільства фізична культура - це самостійна і особлива галузь загальної культури, яка спрямована, головним чином, на зміцнення здоров'я людини, продовження її творчої активності та життя, а також на зростання і вдосконалення її всебічного і гармонійного розвитку та використання набутих якостей в суспільній, трудовій та інших видах діяльності. Головними чинниками всебічного розвитку, перш за все, є розвиток усіх видів діяльності людини та вміння використовувати їх у повсякденному житті. Ступінь їх вираженості визначається багатьма чинниками, головними з яких є прояв різноманітності змісту, форм, методів і засобів діяльності людини та їх оптимальне поєднання.

Ступінь вираження як духовної, так і матеріальної форм прояву фізичної культури залежить від рівня розвитку суспільства (соціального, політичного, економічного, наукового, духовного тощо), а також наявності та стану матеріальної бази (стадіонів, басейнів, спортивних кортів і майданчиків, залів, палаців, спортивних приладів та інвентарю, спортивної форми тощо).

Структура основних компонентів педагогічної діяльності змінюється в наслідок оволодіння студентом педагогічною майстерністю в роботі.

Так, для конструктивно-проектувальної діяльності студентів характерне вміння планувати власну діяльність і добирати матеріал до занять.

Організаторська діяльність студентів розвивається більш інтенсивно ніж конструктивно-проектувальна. При цьому має місце недостатнє вміння реконструювати інформацію в процесі її повідомлення («прикуті» до конспекту, не можуть оперативнo перебудувати роботу відповідно до ситуації, не вміють забезпечити поєднання індивідуальної та групової діяльності, активізувати мислення). Тому студентам необхідно допомогти в оволодінні активними методами навчання та виховання шляхом порівняння, зіставлення, пошуку істини і зосередження уваги на найважливішому та найнеобхіднішому [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальна обґрунтованість існує не сама по собі, а реалізується через спеціальні здібності. Сьогодні загальні здібності розглядають як сукупність потенційних психодинамічних властивостей людини, що визначають її здатність до діяльності як фізіологічної активності, без специфікації цієї активності [2].

Для вирішення поставлених завдань використовуються різноманітні засоби фізичного виховання, головними з яких для студентів є гімнастика (різні її види: загальна, спортивна, гігієнічна, лікувальна тощо), легка атлетика, спортивні та рухові ігри, лижна підготовка, плавання, туризм, походи вихідного дня та інші види спорту. Лише засобами фізичної культури фізичне виховання вирішує завдання зміцнення здоров'я, розвитку фізичних і духовних сил, підвищення фізичної і розумової працездатності, продовження трудового довголіття і життя людини тощо.

Згідно з функцією впливу фізичного виховання на

людину, розрізняють дві її нерозривно пов'язані сторони: фізичну освіту і фізичне вдосконалення організму, які здійснюються за допомогою розвитку фізичних якостей.

Слід зазначити, що як розвиток фізичних якостей, так і вдосконалення форми, будови та функції організму обумовлені природними задатками людини, якими наділена вона за спадковістю. А тому вдосконалювати розвиток рухових якостей, будову тіла можна до певних показників.

У практиці фізичне виховання дуже часто носить професійно-прикладний характер, тобто спрямоване на певну трудову діяльність. У таких випадках користуються терміном «фізична підготовка». Це відноситься, наприклад, до фізичного виховання пожежника, підводника, космонавта, альпініста тощо.

Фізичний розвиток людини залежить від умов навколишнього середовища (клімату, рельєфу місцевості, наявності річок, озер, моря, гір, лісів тощо) та соціально-економічних факторів (суспільного устрою, ступеня економічного розвитку, умов праці, побуту, відпочинку, харчування, рівня культури, гігієнічних навичок, способу життя, національних традицій тощо). Усі ці фактори взаємообумовлені і діють у поєднанні. Однак, вирішальну роль відіграють соціально-економічні фактори: зміни умов життя людського суспільства призводять до змін і у фізичному розвитку; Виявлено, що на сучасному етапі розвитку суспільства показники фізичного розвитку дітей (довжина тіла, вага, об'єм грудної клітки, життєва ємність легень) значно вищі, ніж вони були у дітей 100-150 років тому.

Фізичний розвиток людини значною мірою визначається її руховою активністю. У осіб, які систематично займаються фізичними вправами і спортом він набагато вищий, ніж у їх однолітків, що ними не займаються. Особливо це стосується будови тіла та росту спортивних показників.

Мета статті (постановка завдання) – розглянути та проаналізувати перспективи розвитку для студентів фізичної культури у сучасному суспільстві, розвиток усіх видів діяльності людини та вміння використовувати їх у повсякденному житті.

Результати досліджень. Здоров'я людини це не тільки індивідуальна, а й суспільна цінність, формування здорового способу життя

Фізичний стан студента є важливим показником нормальності процесів розвитку організму. Фізичне виховання відіграє велику роль у підготовці всебічно розвинутої молодої людини, здатної успішно працювати у різних галузях [6].

Останнім часом все більше усвідомлюється і реалізується в педагогічній практиці умови, необхідні для творчої активності студентів. Установлено, що творча діяльність студентів ефективно здійснюється в умовах співпраці з викладачем. Будь-який навчальний процес є ефективним тільки тоді, коли викликає і організовує психічну і фізичну активність студентів. Правильно організований навчальний процес – це сукупність дій викладача і студента [4].

Фізичне виховання студентів складає органічну частину всього освітнього процесу, здійснюваного вищими навчальними закладами України. Усебічний фізичний розвиток, зміцнення здоров'я студентів і, на цій основі, здійснення

більш високої професійної підготовки молодих фахівців у навчальних закладах представляє одну з найбільш актуальних задач фізичної культури і спорту на сучасному етапі розвитку суспільства.

Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах є могутнім оздоровчим фактором для студентської молоді, що сприяє підвищенню їхньої фізичної працездатності, активності в навчальному процесі і підготовці до майбутньої професійної діяльності. Сучасне життя характеризується надзвичайно складними екологічними, соціально-економічними, психологічними умовами, негативним впливом цих факторів на фізичний розвиток і здоров'я молодого організму, що розвивається. Усе це неминуче погіршує рівень його життєдіяльності, знижує резистентність до дії неадекватних факторів зовнішнього середовища. Разом з тим, на думку більшості фахівців у сфері фізичної культури і спорту, не менш важливою причиною істотного росту захворюваності серед студентської молоді є виражене зниження їхньої рухової активності і відсутність мотивації на здоровий спосіб життя [5].

Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах є міцним оздоровчим фактором для студентської молоді, який сприяє підвищенню їх фізичної працездатності та активності в учбовому процесі і підготовці до майбутньої професійної діяльності.

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 [5]. Одним із найважливіших напрямів у вищій школі є агітаційно-пропагандні заходи із залучення сучасної молоді до свідомого та повсякденного відношення необхідності занять фізичною культурою та спортом. Альтернативою сьогоднішнього традиційного ставлення до фізичного виховання повинне бути обов'язкове ставлення до фізкультурної освіти людини, яка формує свідомого та активного діяча фізичної культури. За даним напрямом життя тверезо мислячої людини не можна розглядати у розриві з особливою інтелектуальною діяльністю по проведенню створених в уяві та свідомості ідеальних об'єктів в реальності. У даному випадку це створення та реалізація індивідуального тверезого осмислення, що входить в інтелектуальну обов'язкову звичку. По цьому напрямку виводиться багато вчених з фізичної культури (доктор педагогічних наук В.В.Приходько, 1988 р.). Рідко не завдяки, а й у відомому сенсі, проти традиційного фізичного виховання, людина у нашій країні все ж створює дійсність реакційної чи оздоровчої фізкультури, в якій живе та діє свідомо, розробляючи та реалізуючи власні програми занять.

При цьому розрізняють поняття фізкультурно грамотна та фізкультурно освідчена людина. Фізкультурна грамотність розглядається як розуміння індивідом знакових систем, що використовуються для опису різноманітних областей фізкультури та спорту, що

застосовуються з реакційною та оздоровчою направленістю, а також наявність умінь та навичок використання засобів культури в стандартних ситуаціях життєдіяльності, наприклад для організації ранкової гімнастики.

Фізичне виховання – це більш глибоке засвоєння досягнень культури фізичної. В процесі його повинні бути сформовані цінності, цілі та схильність до постанови та реалізації програм рекреаційних та фізкультурно-оздоровчих занять. Головна відміна двох цих педагогічних явищ у тому, що фізкультурна освіта претендує на формування свідомого та активного діяча фізичної культури, що організовує здоровий спосіб життя у змінюваних ситуаціях, тоді як фізкультурно грамотних людей зараз ще мало [5].

У процесі спортивного тренування застосовується велика кількість різних вправ. Необхідність об'єктивізації тренувального процесу, природно, вимагає строгого врахування специфіки їхнього впливу на організм і визначення раціональних шляхів їхнього використання.

Розглянемо особливості трьох основних груп вправ: загального, часткового і локального впливу. До вправ загального впливу відносять ті, при виконанні яких у роботі бере участь більш 2/3 загального обсягу м'язів, часткового - від 1/3 до 2/3 і локального – до 1/3 усіх м'язів. Більшість завдань спортивного тренування виконується застосуванням вправ загального вливу, починаючи від підвищення можливостей окремих систем і органів і закінчуючи оптимальною координацією рухової й вегетативної функцій в умовах змагальної діяльності.

Діапазон використання вправ часткового й локального впливу значно вужчий. Однак цими вправами в ряді випадків можна домогтися зрушень у функціональному стані організму, яких не можна досягти при використанні вправ загального впливу. Так, вони дозволяють вибірково активізувати діяльність основних груп м'язів, що визначає їхню роль у підвищенні рівня спеціальних силових якостей. Важливим моментом вправ часткового й локального впливу є максимальна активізація діяльності периферійних відділів системи кровообігу. Унаслідок інтенсивного кровопостачання м'язів у роботу втягаються ті судини, які раніше функціонували слабо, що в підсумку приводить до виникнення в м'язах специфічних змін, пов'язаних зі збільшенням кількості мітохондрій і підвищенням їхньої здатності використовувати кисень, що транспортується кров'ю для синтезу АТФ. Характер вправ, застосовуваних у різних видах спорту, накладає істотний відбиток на формування структурних і функціональних пристосувальних реакцій організму спортсмена. Відомо, що основний зміст тренувального процесу, наприклад, для веслярів на байдарках, складають вправи часткового характеру, пов'язані з роботою верхніх кінцівок, для бігуна - вправи часткового й загального характеру, в основі яких лежить робота нижніх кінцівок. При виконанні стандартних навантажень, пов'язаних із роботою рук чи ніг, у спортсменів високої кваліфікації спостерігається менша інтенсивність кровотоку в тих кінцівках, що несуть основне навантаження в змагальній діяльності. Це свідчить про те, що в процесі спортивного тренування виробляються специфічні реакції економізації функцій [2].

Процес індивідуального розвитку залежить від

реалізації спадкової програми. Програма визначає темпи формування психомоторних функцій, які лежать в основі навчання руховим навичкам. Рухові навички є індивідуально набутими рухами, сформованими на базі механізму тимчасових зв'язків. Це цілеспрямовані рухи, компоненти яких у результаті вправи стали певною мірою автоматизованими. За Н.А. Бернштейном (1947), рухова навичка - це багаторівнева координаційна структура, за допомогою якої реалізується рухове завдання. Навички відрізняються різною складністю й ступенем залучення аферентних і еферентних ланок в умовно-рефлекторну діяльність [2].

Зниження розумової діяльності у студентів під час навчання у вищих навчальних закладах є, по суті, побічний результат, що погіршується внаслідок вдосконалення науково-технічних технологій, обсягу різної інформації, з одного боку, і нехтуванням ними у використанні дієвих форм активного відпочинку з другого боку. Головна небезпека виявляється у зростанні передумов для виникнення нових, раніше невідомих або маловідомих порушень стану здоров'я. Найбільш суттєвою із таких передумов є *гіпокінезія* – зменшення м'язових зусиль із виробничої та навчальної діяльності, побуту студентської молоді і збільшення навантаження на аналізатори, підвищення нервово-психічного навантаження у щоденному житті. Вплив цих факторів на організм сьогодні вивчено у повній мірі і характеризується двома основними наслідками:

- зниженням ефективності традиційних форм відпочинку у вигляді рухового спокою і, звідси, перетворення зовні фізіологічно обгрунтованих режимів праці студентів (перерви для відпочинку між навчальними заняттями, парами) по суті нерегламентовану, вкрай стомлювальну діяльність;

- глибоким, але поступовим розвитком порушень трофіки організму і патології серцево-судинної системи; розвитком ознак передчасного старіння.

Найбільш загальним результатом використання активного відпочинку є підвищення працездатності організму за рахунок покращення функціонального стану організму, переходу на інший, оптимальний у конкретних умовах стомлювальної діяльності рівень координації рухових та вегетативних функцій.

Доведено, що використання у якості активного відпочинку фізичних вправ втрачають здатність збільшувати напруженість роботи серцево-судинної і дихальної системи і набувають в умовах стомлювальної діяльності протилежну дію «антинавантаження».

Значні позитивні зміни вищої нервової діяльності під впливом оптимальних форм активного відпочинку дозволяє з успіхом його використовувати як у трудовій діяльності представників з різко вираженим нервовим напруженням (Д. Лавриненков, 1970), так і під час розумової праці і навчання (О. А. Ємченко, 1971; Е.А.Вдовиченко, Е.К. Гур, 1971).

Фізична культура і спорт як оздоровчі засоби, очевидно, необхідні студентам у тій мірі, у якій вони «довантажують» їх організм, компенсуючи брак рухової діяльності, яка є наслідком комп'ютеризації та інтенсифікації навчального процесу в аграрних вищих навчальних закладах. Однак, намагаючись у максимальній мірі використати оздоровчі і стимулювальні можливості занять фізичними вправами,

не можна забувати одного суттєвого чинника.

Засоби фізичної культури дають змогу сучасним студентам не тільки поповнити дефіцит рухової діяльності, забезпечуючи додаткові фізичні навантаження, але й дають ряд інших цінних ефектів. Згідно сучасним уявленням про вплив фізичних вправ на організм, вправи володіють здатністю знімати втому, є засобом найбільш повноцінного відпочинку [7].

Висновки і перспективи подальших досліджень.

Таким чином, фізична освіта являє собою засвоєння людиною в процесі спеціального навчання системи раціональних способів керування своїми рухами, необхідного в житті фонду рухових умінь, навичок і пов'язаних з ними знань. Ця сторона фізичного виховання має першорядне значення для раціонального використання людиною своїх рухових можливостей у життєдіяльності.

Другою стороною фізичного виховання є цілеспрямований вплив на комплекс природних властивостей організму, що належить до фізичних якостей людини. З допомогою фізичних вправ і інших засобів фізичного виховання можна в певному діапазоні змінювати функціональний стан організму, що веде до прогресивних адаптаційних змін у ньому; Впливаючи таким чином на фізичні якості, при певних умовах досягають суттєвої зміни рівня і спрямованості їх розвитку. Це виражається в прогресуванні тих або інших рухових здібностей (силових, швидкісних та ін.), підвищення загального рівня працездатності, зміцнення здоров'я, поліпшенні будови тіла. Одночасно, слід зауважити, що оскільки фізичний розвиток обумовлений природними задатками, які передаються за спадковістю, можливості виховання не безмежні. Вони визначаються вродженими здібностями, тому кожен може досягти лише обумовленого ними результату. Звідси мета фізичного виховання — в тому, щоб кожна людина засвоїла доступний їй зміст і обсяг фізичної культури. Будучи тісно взаємопов'язаними, фізична освіта і виховання фізичних якостей ніколи не зводяться одне до одного і по-різному співвідносяться на різних етапах фізичного виховання. В раціонально організованій практиці фізичного виховання ці сторони завжди поєднуються з іншими сторонами загальної системи виховання. При цьому фізичне виховання набуває значення одного з основних факторів всебічного розвитку особистості.

Викладений матеріал дає можливість зробити висновок, що рухова творчість, якщо ми хочемо забезпечити її подальший істотний розвиток, повинна дедалі більшою мірою перетворюватись із допоміжного засобу поліпшення виховання фізичної культури в її самостійний чинник. Більше того, з часом ми повинні добитись такого становища, коли поняття «фізична культура» і «рухова творчість» можна буде ототожнити не лише в теоретичному, а й у всіх прикладних аспектах. Це забезпечить практичний шлях до фізичного вдосконалення студента, ефективного підвищення культури мислення, до всебічного гармонійного розвитку.

Викладене дозволяє визначити фізичне виховання як педагогічний процес, спрямований на фізичне і духовне вдосконалення людини, оволодіння нею систематизованими знаннями, фізичними вправами та способами їх самостійного використання протягом усього життя.

Список використаних джерел

1. Загородня Л. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку / Л. П. Загородня, С. А. Тігаренко, Г. П. Барсукова. – Суми: Унів. кн., 2011. – 272 с. – (навчальний посібник).
2. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті / [І. О. Ячнюк, О. О. Воробйов, Л. В. Романів та ін.]. – Чернівці: Видавництво Книги – XXI, 2009. – 432 с.
3. Профілактична робота з підлітками та молоддю з питань пропаганди здорового способу життя, профілактики алкоголізму, наркоманії та ВІЛ-інфекцій / [В. В. Брич, Я. І. Сокач, Н. В. Романюк та ін.]. – Ужгород, 2010. – 114 с. – (Методичний посібник).
4. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. – (Частина 1).
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. – Київ: Слово, 2011.
6. Козленко М. П. Фізичне виховання учнів молодших класів / М. П. Козленко. – Київ: «Радянська школа», 1977.
7. Фізичне виховання / [С. І. Присяжнюк, В. П. Краснов, М. О. Третьяков та ін.]. – Київ: «Центр учбової літератури», 2008. – 504 с. – (навчальний посібник).

В статье рассматривается значение физической культуры для студенчества в современном обществе. Сосредоточено внимание на приоритетах, среди которых развитие всех видов деятельности человека. Определена степень их важности, что обусловлено многими факторами, главными из которых являются проявление разнообразия содержания, форм, методов и средств деятельности. Обосновано, что развитие физических качеств, совершенствование форм, строения и функций организма зависят от природных задатков человека. Обращено внимание, что физкультурное образование направлено на формирование сознательного и активного деятеля физической культуры, на организацию здорового образа жизни в изменяющихся ситуациях.

Ключевые слова: *здоровье человека, физическая культура, индивидуальные способности, развитие физических качеств.*

The article deals with the problem of physical education and its importance for students in modern society. The emphasis is laid on the priorities, that are the main factors of comprehensive development, and, above all, the development of all types of human activity and the ability to use them in everyday life. The analysis aimed at their prudent degree, which is determined by many factors, foremost of which are the expression of the diversity of content, forms, methods and means of human activity and their optimal combination. General justification does not exist by itself, but it is realized through special abilities. It should be noted that the development of physical qualities and improving the shape, structure and functions of an organism caused by the natural makings of man, which are endowed by heredity. Recently, it has been more and more understood and implemented in pedagogical practice the conditions necessary for student's creative activity. Students' mental activity reducing during their studies at higher educational institutions is, in fact, a by-product, deteriorating as a consequence of the improvement of scientific and technical technologies, the amount of different information, on the one hand, and neglect them to use effective forms of active recreation on the other hand. The main danger is in the expansion of preconditions for the emergence of new and previously unknown or little-known health violations. The focus on the means of physical training that enable the students not only refill the deficit of motor activity, providing more physical loadings, but also provide a number of other effects. According to modern beliefs the impact of exercises on the body, which have the ability to remove fatigue, are the means of the most proper rest. If we want to ensure continued substantial growth of motor creativity, it should be increasingly transformed from adjuvant of improving the physical culture education into its independent factor.

Key words: *human health, the importance of physical training, the development of students' individual abilities, development of physical qualities.*

УДК 378.1

Павко Анатолій Іванович,
доктор історичних наук, професор,
лауреат премії імені М.С. Грушевського
НАН України, відмінник освіти України,
Національна академія управління, м. Київ

**СУЧАСНІ СОЦІОГУМАНІТАРНІ ЗНАННЯ У ВУЗІВСЬКОМУ ТА АКАДЕМІЧНОМУ СЕКТОРАХ
НАУКИ: АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ТЕОРІЇ ТА ПРАКТИКИ**

У статті на основі творчого конструктивно-критичного використання новітніх нормативно-правових документів, в освітній та соціальній царині різноманітних соціогуманітарних джерел та видань здійснено спробу проаналізувати реальний стан соціогуманітарних наук у вищій школі, окреслити нагальні проблеми та перспективні тенденції їх розвитку. У ній акцентується увага на методологічному, інтелектуальному значенні суспільних наук у теоретичному обґрунтуванні та експертній оцінці стратегічних векторів європейської модернізації вищої освіти України.

Ключові слова: *суспільні науки, соціогуманітарні науки про культуру, освітньо-науковий простір Європи, модернізація вищої освіти.*