

*curricula. However it is necessary to understand that in the system of modern science physics rightfully supersedes systemically important element. And it must be «different physics» for the specialists from different spheres.*

*The material of lectures, practical and laboratory classes must demonstrate the students the capabilities of physics in the context of future professional activity. Expanding methodical capabilities of physics in teaching the students helps to use computer and information technologies. The resources of modern computer systems in general are sufficient for a quality model experiment with on-screen visualization processes.*

*Teaching physics on nonphysical specialties in traditional universities will be most effective if a system of differentiation, based on teaching physics considering future profession of the students, is implemented. This system should include:*

- differential approach to the content of educational material on strengthening those sections that have direct relevance to the formation of professional skills and abilities;*
- thorough usage of interdisciplinary connections of physics with adjacent disciplines of general education and special disciplines;*
- selection of appropriate forms of organizing classes;*
- consideration of individual characteristics and capabilities of the students.*

**Key words:** *physics, cognitive activity, nonphysical specialties, professionally-oriented education, differentiated approach.*

УДК 796.011.3:005.591]-057.875:796.032:378

**О. А. Томенко**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка

### **ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ НА ОСНОВІ ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ**

*У статті автор проаналізував процес оптимізації фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів на основі використання елементів олімпійської освіти. Процес фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів потребує вдосконалення в контексті залучення нових форм і засобів фізичної підготовки, покращення теоретичних знань, підвищення мотивації до занять. Олімпійська освіта виявилася дієздатним інструментом інтенсифікації процесу гармонійного розвитку молоді, залучення її до цілеспрямованих занять фізичними вправами, ведення здорового способу життя.*

**Ключові слова:** *олімпійська освіта, фізичне виховання, студенти, оптимізація.*

**Постановка проблеми.** Проблема формування особистості, що визначена в законі «Про освіту», передбачає те, що одне з чільних місць у цьому процесі займає фізичне виховання. Формування соціально-активної особистості в гармонії з фізичним розвитком є важливою умовою підготовки випускника. Загальновідомо, що фізична культура входить до складу культури суспільства, оскільки за межами фізичної культури всебічний розвиток людини неможливий.

**Аналіз актуальних досліджень.** На думку низки авторів (К. Ю. Акулова, 2006; В. К. Бальсевич, 1995 та ін.), протиріччя, що створилося між розумінням необхідності формування фізичної культури особистості й недостатньою розробленістю педагогічної системи реалізації цього процесу, створило критичну ситуацію, яка характерна для сучасної системи фізичного виховання студентської молоді.

Ще в резолюції 3-ї сесії Міжурядового Комітету з фізичного виховання та спорту при ЮНЕСКО (1983) всім державам-учасникам було рекомендовано «увести або підсилити викладання олімпійських ідеалів у школах і вищих навчальних закладах відповідно до їхньої власної системи освіти».

Незважаючи на існуючі публікації, досі є недостатньо висвітленими питання застосування різноманітних форм олімпійської освіти в процесі фізичного виховання студентів. Таким чином, практичною й теоретичною нерозробленістю проблеми використання у фізичному вихованні студентів педагогічних ВНЗ ідеалів і життєвих установок, пов'язаних з ідеями олімпізму, зумовлюється **актуальність** даного дослідження.

**Мета статті:** на основі аналізу змісту фізичного виховання студентів вузів, їх мотиваційних пріоритетів щодо фізичної культури розробити зміст експериментальної навчальної програми з фізичного виховання студентів педагогічних вищих навчальних закладів, орієнтованої на гармонійний розвиток особистості у відповідності з ідеалами олімпізму.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження були проведені в педагогічних вищих навчальних закладах Сумської області.

Фізичне виховання, будучи підсистемою цілісного вузівського педагогічного процесу, орієнтоване на виконання соціального замовлення з підготовки фізично здорового фахівця, здатного до самоорганізації здорового стилю життя. Забезпечити розв'язання цієї важливої соціальної проблеми можливо шляхом досягнення мети фізичного виховання – формування фізичної культури студента. Фахівці дають визначення «вихованню у вузі» в більш вузькому, педагогічному значенні слова: виховання – це «вплив на розум, почуття, волю людини в цілому, з метою формування в нього якостей, необхідних суспільству, формування світогляду, морального обліку» [5; 6].

Говорячи про фізичну культуру у вузі, слід зазначити, що в систему фізичної культури входять: неспеціальна (непрофесійна) фізкультурна освіта, спорт, фізична рекреація й рухова реабілітація. Говорячи про структурну єдність фізичної культури, фахівці підкреслюють, що «внутрішня взаємодія різних компонентів виявляється в тому, що кожен із них

випробовує на собі вплив інших, у результаті чого відбувається загальний підйом самої фізичної культури» [1].

Досить перспективним уявляється формування освітньо-виховної системи на принципах суспільної моралі з акцентом на розкриття людського потенціалу, формування гармонії фізичного, духовного та психічного розвитку особистості. У ситуації, що склалася, оновлення вищої школи стає об'єктивною реальністю. Створення сучасної системи освіти й виховання неможливе без оптимального підтримання цілої низки системостворювальних елементів суспільства: соціальних, економічних, валеологічних, екологічних, політичних, правових тощо. Можна припустити, що одним із варіантів розв'язання цієї складної проблеми може бути побудова освітньо-виховної системи на основі ідеології олімпізму, яка разом із вченням про здоров'я може стати стрижнем цієї системи, її незримою конструкцією [4; 5].

Олімпізм і олімпійська філософія виявилися життєздатними для розвитку системи фізичного виховання. Цінності античної культури були присутні на різних етапах розвитку людства як незалежна ідеологічна основа виховання особистості, але змінюючись відповідно до соціальних вимог. П'єр де Кубертен, почерпнувши натхнення від Стародавніх Олімпійських ігор і принципів грецької системи виховання, був переконаний, що філософія, яка створила грецьку культуру, може служити розвитку сучасного людства [2, 7].

Проблема поширення серед школярів, студентів та інших верств населення певного обсягу знань про олімпізм і Олімпійські ігри стала однією з найбільш гострих. Свідченням тому є багато видатних міжнародних заходів: ювілейний XI Олімпійський конгрес у Парижі в 1994 році, Міжнародний форум «Молодь – Наука – Олімпізм» у рамках Всесвітніх юнацьких ігор 1998 року в Москві, надзвичайна 110-а сесія МОК, що проходила 11–12 грудня 1999 року в Лозанні, де були прийняті кардинальні рішення з реформування олімпійського руху [7]. Питання про олімпійську освіту у вищій школі вперше було порушено на 18 сесії Міжнародної олімпійської академії. У доповіді Д. Пауела (Канада) «Університетська освіта й олімпізм», було зазначено, що в жодному вищому навчальному закладі у світі не було введено предмет «Олімпізм» [6].

Відповідно до мети статті нами була розроблена експериментальна програма з фізичного виховання для студентів, що містить елементи олімпійської освіти. Її метою є сприяння вихованню гармонійно розвиненої особистості, готової до професійної діяльності, впровадження фізичної культури та здорового способу життя в практику.

Курс фізичного виховання передбачає комплексне вирішення оздоровчих, виховних і освітніх завдань:

1. Зміцнення здоров'я студентів, сприяння правильному формуванню й гармонійному розвитку організму, набуття навичок здорового способу життя, підтримка високої працездатності впродовж усього періоду навчання.

2. Формування у студентів високих моральних якостей: дисциплінованості, працьовитості, активної життєвої позиції, виховання потреби у фізичному вдосконаленні й систематичних заняттях фізичною культурою та спортом.

Програма містить елементи знань про олімпізм у теоретичному розділі, а також засоби олімпійської освіти практичного характеру, використані для студентів. Пропонуємо приблизний зміст теоретичних занять з олімпійської освіти студентів:

1. Основні періоди в історії Олімпійських ігор і античності.
2. Зародження сучасного олімпійського руху, відродження й розвиток сучасних Олімпійських ігор.
3. Олімпійські символи.
4. Національні та міжнародні спортивні організації.
5. Етичні аспекти Олімпійських ігор і спорту в цілому.
6. Виховання гармонійно розвиненої особистості через фізичну культуру та спорт.

Крім того нововведенням, що відрізняє нашу експериментальну програму від традиційних, є проведення спортивного свята, присвяченого Олімпійським іграм [6]. Робота, що передує проведенню свята, повинна полягати у: проведенні роботи зі створення та виготовлення емблем; проведенні годин спілкування «Країна приймає Олімпійські ігри» (знайомство з географічним положенням, традиціями культури, мистецтва, спорту тощо); тренувальних заняттях для підготовки до малих олімпійських стартів; підготовки художніх номерів для демонстрації під час заходу.

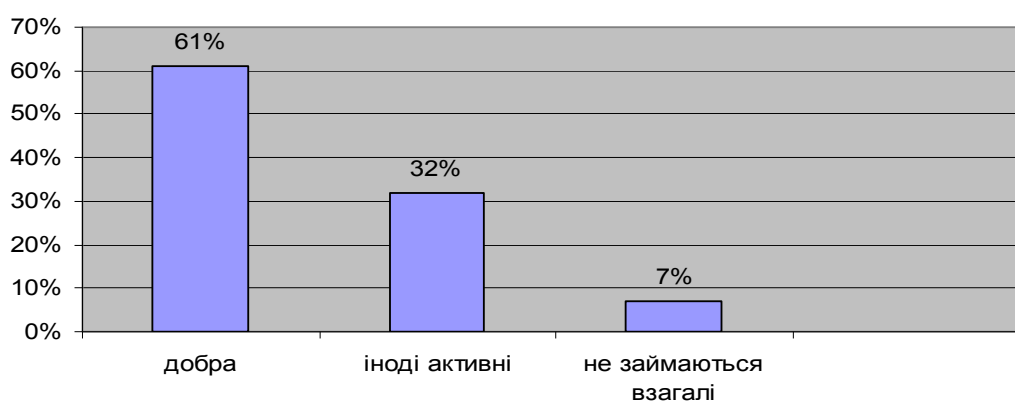
Для чіткого визначення спрямованості та змісту засобів фізичного виховання, що використовувались у нашій програмі та їх корекції нами було проведено дослідження, спрямоване на вивчення мотивів та інтересів студентів у галузі фізичної культури як частини культури суспільства та особистої культури кожного.

Результати анкетування з вивчення відношення до занять з фізичного виховання показали, що позитивно ставляться до даних занять лише 41% студентів. Не подобаються заняття з фізичного виховання 38% студентів, а 21% зазначили, що частково подобаються, а частково ні. Але відвідують їх

регулярно лише – 57% студентів, відвідують нерегулярно – 33% та взагалі не відвідують дані заняття 10% студентів.

Було з'ясовано також, що якби заняття з фізичного виховання в університеті не були обов'язкові, то їх би відвідували тільки 34% студентів, 28% іноді відвідували б заняття, а 38% взагалі не відвідували б таких занять. Це свідчить про те, що більшість студентів не мають зацікавленості до занять з фізичного виховання в університеті й відвідують заняття тільки з метою отримання заліку, що в цілому негативно впливає на рівень їх фізичної культури.

Свою активність на заняттях з фізичного виховання як добру оцінюють 41% студентів, займаються без особливого інтересу – 48%, намагаються не займатися взагалі – 11% студентів (рис. 1.).



**Рис. 1.** Оцінка активності студентів на заняттях з фізичного виховання

Нами було з'ясовано також, що цілком задоволені заняттями з фізичного виховання в університеті 38% студентів, тоді як 30% не зовсім задоволені заняттями, а 32% зовсім не задоволені, що в цілому говорить про негативне ставлення до навчального процесу з фізичного виховання. У ході досліджень ми встановили, що основними факторами, які визначають інтерес до занять з фізичного виховання в університеті є: різноманітність навчального матеріалу – 20,7%, заняття знімають втому після навчання у 18% опитуваних, насичене навантаження приваблює 15% з них. На четвертому місці тут відзначено емоційність занять – 11,6%, на покращення фізичної підготовленості вказали лише 5,8% студентів, а на уважне ставлення викладача й чітку організацію занять вказали по 5% студентів (табл. 1).

У той час найбільш вагомими факторами, які визначають негативне ставлення студентів до занять з фізичного виховання є: одноманітність навчального матеріалу – 33,6%, неухважне ставлення викладача – 16%, відсутність прогресу у фізичній підготовці – 17,3%, відсутність цікавих вправ – 12,8%.

**Структура факторів, які характеризують інтерес студентів  
до занять з фізичного виховання в університеті**

<b>Зміст факторів занять</b>	<b>%</b>	<b>Рангове місце</b>
Різноманітність навчального матеріалу	20,7	1
Насиченість навантаження	15	3
Заняття знімають втому після занять	18	2
Емоційність заняття, цікаві вправи	11,6	4
Уважне ставлення викладача	5	7
Чітка організація заняття	5	6
Поліпшення фізичної підготовленості	5,8	5

**Висновки.** У результаті дослідження нами було зроблено такі висновки:

1. До змісту фізичної культури студентів входять: неспеціальна (непрофесійна) фізкультурна освіта, спорт, фізична рекреація й рухова реабілітація. Проблема поширення серед школярів, студентів та інших верств населення певного обсягу знань про олімпізм і Олімпійські ігри стала однією з найбільш гострих проблем. Питання про олімпійську освіту у вищій школі вперше було порушено на 18 сесії МОА в доповіді Д. Пауела (Канада) «Університетська освіта й олімпізм».

2. Вивчення мотиваційних пріоритетів студентів з відношення до занять з фізичного виховання показало, що позитивно ставляться до даних занять лише 41% студентів. Не подобаються заняття з фізичного виховання 38% студентів. Але відвідують їх регулярно лише – 57% студентів, відвідують нерегулярно – 33%, та взагалі не відвідують дані заняття 10% студентів. Основними факторами, які визначають інтерес до занять з фізичного виховання в університеті є: різноманітність навчального матеріалу – 20,7%, здатність занять знімати втому після навчання – у 18% опитуваних, насичене навантаження приваблює 15% з них.

3. Розроблена нами експериментальна програма з фізичного виховання студентів містить елементи знань про олімпізм у теоретичному розділі, а також засоби олімпійської освіти практичного характеру. Крім того, нововведенням, що відрізняє нашу експериментальну програму від традиційних, є включення проведення спортивного свята, присвяченого Олімпійським іграм.

На нашу думку, актуальними є **подальші дослідження** з експериментальної перевірки розробленої програми в процесі фізичного виховання студентів.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Алексеева Е. Н. Педагогические условия валеологической подготовки студентов в процессе физического воспитания : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Е. Н. Алексеева. – Ставрополь, 2006. – 20 с.
2. Булатова М. М. Европейский опыт: уроки и приоритеты / М. М. Булатова // Спортивная медицина. – 2007. – № 1. – С. 3–10.
3. Контанистов А. Т. Формирование организационно-педагогических основ олимпийского образования в России : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / А. Т. Контанистов. – М., 2001. – 23 с.
4. Столяров В. И. Олимпийская концепция Пьера де Кубертена и современность / В. И. Столяров // Олимпийский бюллетень. – 2005. – № 7. – С. 84–94.
5. Столяров В. И. Концепция олимпийского образования (многолетний опыт разработки внедрения в практику) / В. И. Столяров // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 30–34.
6. Томенко А. А. Особенности развития физкультурного образования студенческой молодежи за рубежом / А. А. Томенко // Инновационные процессы в физическом воспитании студентов : сб. науч. ст. : к 60-летию кафедры физ. воспитания и спорта БГУ / [редкол. : В. А. Коледа (отв. ред.) и др.]. – Минск : БГУ, 2009. – С. 238–243.
7. Филаретос Н. Введение в олимпизм через деятельность Международной олимпийской академии / Н. Филаретос // Мир спорта. – 2003. – № 3. – С. 18–21.

## РЕЗЮМЕ

**Томенко А. А.** Оптимизация физического воспитания студентов высших учебных заведений на основе использования элементов олимпийского образования.

*В статье автор проанализировал процесс оптимизации физического воспитания студентов высших учебных заведений на основе использования элементов олимпийского образования. Процесс физического воспитания студентов высших учебных заведений нуждается в усовершенствовании в контексте привлечения новых форм и средств физической подготовки и улучшения теоретических знаний. Олимпийское образование оказалось дееспособным инструментом интенсификации процесса гармонического развития молодежи, привлечения ее к целенаправленным занятиям физическими упражнениями.*

**Ключевые слова:** олимпийское образование, физическое воспитание, студенты, оптимизация.

## SUMMARY

**Tomenko O.** Optimization of physical education university students using the olympic education elements.

*The article devotes to the optimization of physical education of students of higher educational institutions using Olympic education elements. The process of student's physical education needs to improve the new forms and instruments of physical and theoretical preparation. A modern system of education and training is impossible without optimal maintenance of a number of elements which makes the society: social, economic, valeological, environmental, political, legal. It is possible to assume that one of the solutions to this complex problem could be to build education and educational systems based on the ideology of Olympism, which, together with the teaching of health may be the core of the system, its invisible design.*

*Olympic education is proved to be a real instrument of young people's harmonious development process, intensification and their drawing to the physical exercises training.*

*The purpose of the article is to analyze the physical education contents of the students of pedagogical higher educational institutions, their motivational priorities regarding physical culture to develop the content of the experimental curriculum of physical education, focused on the harmonious development of the personality in accordance with the ideals of Olympism.*

*The research methods are the analysis of scientific literature and materials on the Internet, the analysis of archival and documentary materials, sociological methods. The study of motivational priorities of the students in relation to classes of physical education has showed that only 41% of the students positively relate to data classes. 38% of the students do not like the lessons of physical education, but they visit them regularly (57%); only 33% of the students attend them irregularly, and in general 10% of the students do not attend these classes. The main factor that determines the interest in classes of physical education at the university is a variety of educational material (12.9%).*

*In accordance with a purpose of the article we have developed a pilot program of the physical education students which contains the elements of knowledge about Olympism in the theoretical section, as well as Olympic education practical character, used for the students. Its aim is to promote the education of harmoniously developed personality, ready for professional activities, physical education and healthy lifestyles in practice. In addition, an innovation that distinguishes our experimental program from traditional, is the inclusion of sports holidays dedicated to the Olympic Games.*

**Key words:** *Olympic education, physical education, students, optimization.*