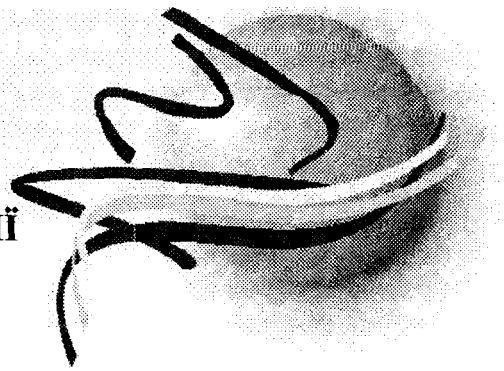


**ОСОБЛИВОСТІ ЗМІСТУ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩИХ  
НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ**



*Олена Кошелева*

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

**Анотація**

В статті приводиться порівняльний аналіз особливостей організації та змісту фізичного виховання в різних вузах г. Дніпропетровська. Автор аналізує навчальні документи кафедр фізичного виховання вузів різного профілю, вивчаються особливості організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи студентів у вільний час.

**Annotation**

In the article the comparative analysis of features of organization and maintenance of physical education in different institutes of higher is presented Dnepropetrovsk. An author is analyse the educational document of departments of physical education of institutes of higher of different type, studied the feature of organization of athletic-health and sporting work coc students in внеучебное время.

**Постановка проблеми.** У нашій країні існує історично сформована система фізичного виховання, яка охоплює практично всі верстви населення. Фізичне виховання студентів вищих закладів освіти є невід'ємною складовою частиною цієї системи та однією з умов підготовки висококваліфікованих фахівців [8].

Враховуючи кризовий стан економіки, культури, освіти, медицини, фізичне виховання і спорт залишаються одним з небагатьох напрямків життєдіяльності ВНЗ, за якими можна реально здійснювати як виховну роботу, так і управління фізичним станом студентів [3,4].

Студентська молодь являє собою особливу соціальну групу, яка характеризується високими емоційними перевантаженнями, викликаними розумовою працею, яка виконується в умовах дефіциту часу, нервових напружень та стресових явищ. Високі зростаючі психофізичні вимоги до сучасних спеціалістів обумовлюють: інтелектуалізацію, інтенсифікацію, автоматизацію, комп'ютеризацію праці; суттєве збільшення у життєдіяльності та професійній роботі фізіологічних та психологічних стресорів; значне збільшення у професійній діяльності екстремальних компонентів [4].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** За даними досліджень

вчених різних регіонів України [1,3,6,8,10], за останнє десятиріччя спостерігається чітка тенденція збільшення захворюваності та зниження показників фізичної підготовленості студентів. Показники, наведені МОН України, підтверджують існування значних проблем у стані здоров'я молоді, так: у 90% студентів спостерігаються відхилення у стані здоров'я, 50% – мають незадовільний рівень фізичної підготовленості, 18% – не можуть займатися фізичною підготовкою за станом здоров'я. Тільки 11,2% студентів не мають хронічних соматичних захворювань, не більше 7,3% мають сприятливий морфологічний статус. Відзначається низький рівень фізичної підготовленості студентів більшості регіонів України, що відповідає 1-3 балам Державної системи тестування фізичної підготовленості. Крім того, дослідження вчених [3,6,7,8] свідчать про зниження показників фізичного стану значної частини студентської молоді протягом навчання у вищому навчальному закладі.

Ефективність занять з фізичного виховання у ВНЗ значною мірою залежить від змісту програми, за якою вони здійснюються [10]. У відповідності до „Державних вимог до навчальних програм з фізичного виховання в системі освіти”, вищі навчальні заклади на підставі навчального плану та



базової навчальної програми з фізичного виховання розробляють свої навчальні програми, які конкретизують і доповнюють зміст базової фізкультурної освіти, враховуючи регіональні, етнографічні, економічні та екологічні особливості, географічні умови, фізкультурні і спортивні інтереси студентів, специфіку кадрового та матеріально-технічного забезпечення та вимоги стандартів вищої освіти відповідно до освітньо-кваліфікаційних характеристик профілю підготовки фахівців. Таким чином, кожен вищий навчальний заклад має можливість корегувати зміст навчальної дисципліни „Фізичне виховання” з урахуванням специфічних особливостей підготовки фахівців відповідної галузі.

**Мета дослідження:** дослідити зміст та організацію фізичного виховання студентів основного навчального відділення у вищих навчальних закладах різного профілю.

**Методи та організація дослідження.** Для досягнення поставленої мети нами використовувались наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, аналіз документальних матеріалів, педагогічне спостереження.

У ході дослідження нами був проведений аналіз навчальної документації кафедр фізичного виховання Дніпропетровського національного університету ім. О. Гончара, Придніпровської державної академії будівництва та архітектури, Дніпропетровського університету економіки та права.

**Результати дослідження.** Система організації та змісту фізичного виховання у кожному ВНЗ досліджувалась за наступними показниками: загальна кількість годин, відведених на вивчення навчальної дисципліни „Фізичне виховання”, тривалість її вивчення; види спорту та фізкультурно-оздо-

ровчі системи, які представлені в програмі; підхід до реалізації базового та елективного компонентів програми; організація та зміст теоретичної та методичної підготовки студентів; контроль за засвоєнням основних розділів програми; організація фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи зі студентами у позанавчальний час.

Аналіз навчальної документації ДНУ ім. О. Гончара свідчить, що загальна кількість часу, відведеного на вивчення навчальної дисципліни „Фізичне виховання” для студентів основного навчального відділення становить 510 навчальних годин. Вивчення дисципліни здійснюється протягом 7 семестрів, по 4 аудиторні години на тиждень. У кожному семестрі планується 4 модуля з різних видів спорту базового компоненту програми: легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри (баскетбол, волейбол, бадмінтон), плавання. Для оцінки рівня фізичної підготовленості студентів у базовому компоненті програми використовуються наступні тести: легка атлетика – біг 30 м, (с.); 100 м,(с.); 500 м (хв., с.); плавання – 25 м кролем на грудях (хв.,с), 50 м вільним стилем без урахування часу; гімнастика – вис на зігнутих руках (с.), піднімання тулуба в сід (кількість разів за 1 хв.), вправи з акробатики; баскетбол – човниковий біг 4х9 м, (с.), стрибки через скакалку (кількість разів за 1 хв.), кидки з довільних точок, 5 спроб (кількість влучань); волейбол – човниковий біг (4х10м + 4х4,5м), с., стрибок у довжину з місця, верхня передача (кількість повторень); бадмінтон – човниковий біг 4х9м, стрибок у довжину з місця, (см), удар через сітку з 6 м, 5 спроб (кількість влучень). Зміст теоретичної та методичної підготовки, контрольні питання та практичні завдання до них розроблені для кожного модуля базового компоненту програми. Реалізуються теоретичний та методичний

розділи програми у формі лекцій, індивідуальних консультацій, виконання практичних та контрольних завдань, самостійної роботи студентів.

Елективний компонент програми реалізується через систему фізкультурно-оздоровчих та спортивних занять для студентів у позанавчальний час (2 години на тиждень). В елективному компоненті програми представлені наступні види спорту: плавання, спортивне орієнтування, гирьовий спорт, шахи та спортивні ігри (бадмінтон, баскетбол, волейбол, мініфутбол, настільний теніс). Студенти основного навчального відділення можуть обирати вид спорту з тих, які представлені в елективному компоненті програми за своїм бажанням. Як і в базовому компоненті програми до кожного з видів спорту розроблена система контрольних нормативів оцінки фізичної підготовленості, зміст теоретичної, методичної підготовки, контрольні запитання та практичні завдання до них.

Крім відвідування занять з елективного компоненту програми для студентів передбачена можливість додатково відвідувати заняття в абонементних спортивних секціях або фізкультурно-оздоровчих групах, які діють на базі спортивного комплексу університету. Загальна кількість таких груп – 12, заняття в них проводяться 2 рази на тиждень, тривалість кожного заняття – 1 година, для студентів університету передбачено пільгові умови оплати занять.

Основною формою підсумкового контролю в ДНУ ім. О. Гончара є диференційований залік, який студенти складають по закінченні кожного семестру. Оцінювання результатів роботи студентів протягом семестру здійснюється за 100-бальною шкалою за наступними критеріями: відвідуваність занять з базового та елективного компонентів програми, результати



здачі контрольних нормативів з фізичної підготовленості в кожному з модулів програми, результати оцінювання теоретичної та методичної підготовленості студента, додаткові бали студентів нараховуються за відвідування занять спортивних секцій або фізкультурно-оздоровчих груп у позанавчальний час, участь у спортивних змаганнях ВНЗ або міжвузівських, виконання самостійних завдань з фізичної підготовки, а також з теоретичного та методичного розділів програми.

Аналіз робочих навчальних програм кафедри фізичного виховання і спорту Придніпровської державної академії будівництва та архітектури з дисципліни „Фізичне виховання” свідчить, що обов’язкові навчальні заняття проводяться протягом 4 семестрів по 4 години на тиждень. Загальна кількість навчальних годин становить 360 годин на навчальний рік (720 годин на весь період вивчення дисципліни „Фізичне виховання”), з них 144 години відводяться на аудиторні заняття та 216 годин на самостійну підготовку, незалежно від спеціальності.

У відповідності до вимог про кредитно-модульну систему навчання у ВНЗ, кожен семестр містить 2 модулі (1 модуль з базового, другий – з елективного компонентів програми), кожен з яких включає теоретичну, методичну, практичну підготовку та контроль. Загальна кількість часу відведеного на вивчення кожного модулю становить 90 годин, з яких 36 годин відводиться на аудиторні заняття та 54 години на самостійну підготовку студента. Базовий компонент є обов’язковим для всіх студентів основного навчального відділення, незалежно від їхніх переваг і містить елементи легкої атлетики, гімнастики, спортивних ігор та плавання. Для оцінки рівня фізичної підготовленості студентів в базовому компоненті програми

використовуються тести і нормативи, які передбачені Державними тестами та нормативами оцінки фізичної підготовленості населення України.

На вивчення теоретичного та методичного розділів програми в базовому компоненті передбачено по 2 години навчальних занять в кожному семестрі та 4 години самостійної підготовки відповідно. Кафедрою розроблена тематика теоретичної підготовки та зміст лекційного матеріалу на весь період навчання, наданий перелік тем для самостійної підготовки студентів та список рекомендованої літератури.

Елективний компонент програми реалізується у навчальний час за розкладом занять, але на відміну від базового компоненту програми, студентам надається можливість вільного вибору виду спорту. Кафедра фізичного виховання ПДАБА в якості елективного компоненту програми пропонує студентам основного навчального відділення на вибір заняття з наступних видів спорту: бадмінтон, баскетбол, волейбол, настільний теніс, легку атлетику, плавання, фехтування, шейпінг, атлетична гімнастика, таеквон-до, спортивне орієнтування. Для кожного з цих видів спорту викладачами розроблені робочі навчальні програми за тою ж схемою, що і програма базового компонента. Зміст фізичної підготовки визначається специфікою виду спорту та роком навчання у ВНЗ. Для контролю фізичної підготовленості студентів в елективному компоненті програми передбачено використання тестів, які відповідають змісту занять та спрямованості фізичних навантажень в тому чи іншому виді спорту.

Теми теоретичного та методичного розділів елективного компоненту спрямовані на навчання студентів основам системи особистісного фізичного удосконалення за допомогою обраної системи

фізичних вправ. Кількість годин теоретичної підготовки з елективного компоненту програми визначає старший викладач, який відповідає за впровадження обраного виду спорту або системи фізичних вправ у навчальний процес. Проведений нами аналіз програм елективного компоненту показав, що всі викладачі дотримуються того ж розподілу часу на вивчення теоретичного матеріалу, який передбачений базовим компонентом, тобто 2 години навчальних занять та 4 години на самостійну підготовку.

Для перевірки й оцінювання теоретичної та методичної підготовленості студентів викладачами кафедри розроблені тестові завдання до кожного модуля. Кількість питань в тестових завданнях становить 25 до кожної теми. У кожному питанні надається 4 варіанти відповідей, одна з яких є вірною. Звертає на себе увагу, що для оцінки рівня методичної підготовленості використовуються тестові завдання, хоча, у відповідності до «Положення про залік з фізичного виховання», методична підготовленість оцінюється за якістю виконання завдань, які містять практичні дії. Як відзначають провідні фахівці, основне завдання методичної підготовки студентів з фізичного виховання – оволодіти методикою визначення та індивідуального дозування рівня фізичних навантажень під час занять фізичними вправами, набути досвіду використання фізкультурно-спортивної діяльності для досягнення життєвих і професійних навичок. Фактично, в процесі методичної підготовки, студенти навчаються використовувати набуті під час теоретичної підготовки знання на практиці. Тому, на наш погляд, оцінювати методичну підготовленість студентів за якістю відповідей на запитання тестів не є доцільним, оскільки не дає змоги студентам продемонструвати



набуті вміння та навички у виконанні тих або інших завдань по застосуванню фізичних вправ у системі навчальних, самостійних занять та ін.

Оцінка успішності студентів, як і в ДНУ ім. О. Гончара, здійснюється за 100-бальною шкалою, але, на відміну від системи прийнятої в ДНУ, нарахування 100 балів в ПДАБА здійснюється за кожен модуль. При нарахуванні балів враховуються наступні показники: відвідуваність занять, результати складання тестів з фізичної підготовленості, результати тестування теоретичної та методичної підготовленості, участь у змаганнях та спортивно-масових заходах, виконання індивідуальних завдань, самостійне щотижневе виконання рекомендованого мінімального обсягу фізичних вправ. Основна форма підсумкової атестації – залік, який складається наприкінці кожного семестру. Кількість балів, яку студент отримує за результатами заліку є середньою оцінкою двох модулів (з базового і елективного компонентів програми).

У позанавчальний час на базі спортивного комплексу Придніпровської державної академії будівництва та архітектури організують роботу 27 секцій з різних видів спорту та оздоровчої фізичної культури (баскетбол, волейбол, бадмінтон, настільний теніс, футбол, міні-футбол, важка атлетика, таеквон-до, плавання, стрибки у воду, шейпінг, шахи, шашки та ін.). Для студентів та співробітників ВНЗ заняття в секціях безкоштовні (кількість занять – 1 раз на тиждень).

Аналіз робочих навчальних програм Дніпропетровського університету економіки та права свідчить, що обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання проводяться для студентів I-го, II-го та III-го курсів. Кількість годин аудиторних занять на I-му та II-му курсах становить 72 години (2

модуля) аудиторних занять на навчальний рік (4 години на тиждень) та 9 годин на рік відводяться студентам на самостійну роботу. Для студентів III-го курсу програмою передбачено 36 годин аудиторних занять (2 години на тиждень), що складає 1 модуль.

На вибір студентів робочою навчальною програмою пропонуються 5 видів спорту: баскетбол, бадмінтон, настільний теніс, атлетична гімнастика, танцювальна аеробіка. У програмі ДУЕП не представлено чіткого розділення базового та елективного компонентів програми, але в кожній програмі з перелічених вище видів спорту передбачений розділ загальної фізичної підготовки.

Для оцінки загальної фізичної підготовленості програмою передбачено використання наступних тестів: човниковий біг 4x9м (с), піднімання в сід за 1 хв. (разів), стрибки в довжину з місця (см), нахил тулуба вперед із положення сидячі (см), стрибки на скакалці за 1 хв., (разів). Для оцінки рівня спеціальної фізичної підготовленості з кожного виду спорту, які включені до навчальної програми, викладачами кафедри фізичного виховання розроблена система тестів, яка відповідає специфіці виду спорту. Крім того, програмою передбачена обов'язкова участь студента у внутрішньо вузівських змаганнях з обраного виду спорту.

На здійснення теоретичної та методичної підготовки кожен семестр відведено 2 години навчальних занять. Системи оцінювання теоретичної та методичної підготовленості студентів програмою не передбачено. Слід відзначити, що така кількість навчальних годин на теоретичну та методичну підготовку, відсутність завдань для самостійної роботи з цих розділів програми, відсутність контрольних заходів, ускладнює формування у студентів системи знань у сфері фізичної культури.

У позанавчальний час на базі ДУЕП працюють секції з тих самих видів спорту, які представлені в робочій навчальній програмі з фізичного виховання. Відвідування секцій здійснюється студентами за бажанням. Заняття в секціях проводяться щоденно з 16.30 до 18.00. Відвідування секційних занять для студентів безкоштовне, крім того, кафедрою фізичного виховання передбачена для студента можливість відпрацювання пропущених навчальних занять за рахунок роботи в секції у позанавчальний час.

При підсумковому оцінюванні успішності студента з дисципліни фізичне виховання враховується: відвідуваність навчальних занять з фізичного виховання, результати складання тестів з загальної та спеціальної фізичної підготовленості, участь у змаганнях.

**Висновки.** Проведені нами дослідження змісту робочих навчальних програм з фізичного виховання вищих навчальних закладів дає підставу для наступних висновків:

- незважаючи на зміст нормативних документів, в яких вказується, що обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання повинні проводитись протягом всього періоду навчання у ВНЗ, за виключенням випускного семестру в обсязі 4 години на тиждень, кількість навчальних годин, які відведені на вивчення дисципліни „Фізичне виховання” встановлюється адміністрацією вищого навчального закладу з урахуванням стану матеріально-технічної бази, фінансових можливостей та штатного складу кафедри фізичного виховання. Тільки в одному з ВНЗ (ДНУ ім. О. Гончара), в яких нами вивчалась система фізичного виховання навчальною програмою передбачено включення фізичного виховання до навчального плану на чотирьох курсах, в інших ВНЗ тривалість вивчення



дисципліни фізичне виховання від 2 до 3 років;

- в ВНЗ спостерігається різний підхід до реалізації базового та елективного компонентів програми: так, в ДНУ ім. О. Гончара базовий компонент реалізується на навчальних заняттях, елективний – у вигляді факультативних занять у позанавчальний час; у ПДАБА обидва компоненти реалізуються на навчальних заняттях, при чому для їх реалізації відведено однакова кількість навчального часу; в ДУЕП програмний матеріал взагалі не розподіляється на базовий та елективний компоненти;

- не всі ВНЗ приділяють належну увагу проблемі теоретичній та методичній підготовці студентів в системі фізичного виховання, що може негативно позначитись на формуванні мотивації до занять фізичною культурою та спортом;

- звертає на себе увагу той факт, що в жодній з робочих навчальних програм, які ми досліджували не приділено належної уваги питанням професійно-прикладної фізичної підготовки студентів різних спеціальностей.

Таким чином здійснений аналіз має можливість визначити напрям-

ки вдосконалення системи фізичного виховання у ВНЗ,

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бондар І.Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / І.Р. Бондар. – Луцьк, 2000. – 19 с.
2. Волков В.Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: навчальний посібник / В.Л. Волков – Київ, 2008. – 458 с.
3. Грибан Г. Аналіз стану здоров'я студентів вищих навчальних закладів / Г.Грибан, Т.Кутек // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2004. – № 7. – С. 130 -132.
4. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів / Г.П. Грибан. – Житомир: Вид-во Рута, 2009. – 593 с.
5. Драчук А. Пріоритетні напрямки фізичного виховання студентської молоді / А. Драчук, І. Дуб, М. Галайдюк //

Молода спортивна наука України – 2002. Вип. 6. – Том 1. С. 58-61.

6. Котов Є. Динаміка фізичної підготовленості студентів / Є. Котов // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві / 36. наук. праць. – Луцьк, 2005. – С. 250–253.
7. Коханець П., Контроль і диференційована оцінка показників фізичної і функціональної підготовленості студентів різного віку / А. Антонюк, П. Коханець // Спортивний вісник Придніпров'я, 2006. – № 2. – С. 103-105.
8. Кривенко А. Зміни показників фізичної підготовленості юнаків-першокурсників факультету фізичного виховання / А. Кривенко // Спортивний вісник Придніпров'я, 2009. – № 2-3. – С. 8-10
9. Навчальна програма з фізичного виховання для ВНЗ III–IV акредитації, 2003, 44 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання: В 2-х томах. Під заг. ред. Круцевич Т.Ю. – К.: Олімпійська література, 2008. Т- 2: Фізичне виховання студентів. – 2008. – С. 167-184.

