

**ДЕТЕРМІНАЦІЯ АСПЕКТІВ ФОРМУВАННЯ  
РУХОВОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ У ФІЗИЧНОМУ  
ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ ВНЗ**



*Корягін Віктор, Блавт Оксана, Гребінка Галина*  
Національний університет «Львівська політехніка»

**Аннотация**

В статье рассмотрены вопросы формирования двигательной компетенции студентов в процессе их физического воспитания в вузе. Анализом и обобщением данных научно-методической и специальной литературы обозначены, систематизированы и детерминированы ключевые теоретические и практические аспекты обеспечения эффективности этого процесса. Полученные результаты исследования могут быть использованы как базовая основа для реорганизации научно-методических основ качественного формирования двигательной компетенции студентов для обеспечения эффективного решения задач физического воспитания в вузе.

**Ключевые слова:** студент, физическое воспитание, двигательная компетенция, формирование, здоровье.

**Annotation**

The questions of the formation of the motor competence of students in the process of physical education in high school is considered. Based on the theoretical analysis and experimental verification of scientific-methodical and special literature by the key theoretical and practical aspects of ensuring the effectiveness of the process are designated, systematized and is determined. The results of research as the basic framework for the reorganization of the scientific and methodical bases of formation of high-quality motor competence of students for the effective solution of problems of physical education in high school can be used.

**Key words:** student, physical education, motor competence, formation, health.

**Постановка проблеми.** Зниження показників здоров'я у середовищі студентської молоді є важливою соціальною проблемою сучасного суспільства [4, 7]. Зміцнення і підтримка на високому рівні психофізичного стану студентів, повноцінний розвиток особистості, підготовка сучасних висококваліфікованих фахівців, здатних забезпечити ефективність виробництва, є складовою освітнього процесу у вищій школі [3, 5]. Потреби практики стрімкого мінливого соціального життя і виробництва зумовлюють те, що основні цілі сучасної освіти спрямовані на реалізацію ідеї формування ключових компетенцій у студентів [2, 8]. Вагомою складовою цього процесу вважається формування рухової компетенції студентів у процесі їхнього фізичного виховання як чільного чинника освітньо-виховної діяльності й основного стимулятора життєдіяльності організму для забезпечення якісної підготовки майбутніх професіоналів у справі розвитку і становлення держави.

Авторитетні науковці [1-3, 5, 6, 14, 16] єдині у думці, що ключовий чинник домінуючим у формуванні та збереженні здоров'я є фізична активність і рівень фізичної культури студентів – їхня рухова компетенція. Втім, як свідчать чисельні емпіричні дані,



лише 3-4% студентської молоді мають належний рівень рухової компетенції, що дає їм можливість ефективно підтримувати і зміцнювати своє здоров'я в процесі професійного становлення у ВНЗ [1, 4]. Відтак, особливої значущості набувають питання формування рухової компетенції у студентів як продуктивного скерування фізичного виховання, яке сприятиме формуванню потенціалу їхнього здоров'я.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Питання забезпечення високого рівня психофізичного стану студентської молоді є предметом наукового пошуку багатьох вчених галузі [1-18]. У численних дослідженнях відзначається наявність стійкої негативної динаміки його якісних показників у студентської молоді [1, 2, 4, 7, 8]. Унаслідок цього понад 50 % випускників вищів не спроможні якісно працювати на виробництві.

Така ситуація вимагає поглибленого наукового пошуку у виявленні чинників наявних негативних тенденцій. Деякі вчені вбачають їх у недостатній продуктивності чинного фізичного виховання у ВНЗ, яке не сприяє ефективному зменшенню дефіциту рухової активності студентів [3, 4, 8, 12, 14]. Ряд науковців – у відсутності дії мотиваційного чинника для активних занять фізичною культурою спортом у термін навчання [1, 9, 18]. Інші – у недоопрацюванні організаційно-методичних підходів у формуванні рухових компетенцій у процесі фізичного виховання студентів [2, 7, 13].

Незважаючи на широкий і багатоплановий характер досліджень, присвячених питанням програмно-методичного забезпечення формування рухової компетенції студентів у процесі фізичного виховання студентів ВНЗ, багато аспектів цієї складної проблеми залишаються поки що нез'ясованими. Систематизованих досліджень з вищезначе-

них питань практично не проводилось. Поза увагою дослідників залишаються проблеми пошуку й розгляду умов, при яких здійснюється формування рухової компетенції в органічному синтезі із навчальним процесом у ВНЗ.

Відтак, це зумовлює наявність протиріччя між можливостями фізичного виховання щодо формування й підтримання на високому рівні психофізичного стану студентів і практичним забезпеченням цього. Зазначене визначає актуальність теми дослідження, що пов'язане з необхідністю теоретичного аналізу стану формування рухової компетенції студентів у фізичному вихованні студентів ВНЗ.

**Мета роботи** – теоретичний аналіз аспектів формування рухової компетенції студентів у процесі фізичного виховання у ВНЗ.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз, систематизація, порівняння різних поглядів на досліджувальну проблему, узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, загально-наукові методи теоретичного рівня: аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, індукція.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Визначальною функцією дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ є формування рухової компетенції у студентів [6, 9-13]. Остання передбачає задоволення природних потреб у молоді у руховій активності і забезпечення на цій основі необхідної їм фізичної дієздатності. Власне рухова активність в освітньому процесі спрямована на збереження і зміцнення здоров'я студентів.

Вважається, що саме на основі формування рухової компетенції, забезпечує збереження і зміцнення здоров'я у молоді [1, 17]. На думку ряду авторів [1, 2, 5, 16], рівень рухової компетенції студентів визначається перш за все мірою освіченості у цій галузі знань, усвідомленою потребою

у активній руховій діяльності, її значення у зміцненні здоров'я та усебічному самовдосконаленні.

Науковими дослідженнями встановлено [2-4, 7, 9], що низький рівень рухової компетенції, негативно позначається на навчальних академічних і самостійних заняттях студентів, на їхньому ставленні до фізичної культури та її складових структурних компонентів, включаючи стан здоров'я і психофізичну готовність до майбутньої професійної діяльності. У цьому разі неможливо отримати якісний результат курсу фізичного виховання в період навчання студента у ВНЗ, і на цьому наголошується у численних працях фахівців галузі [1-8].

Вважаємо, що сама сутність поняття «рухова компетенція» є найменш визначеною, а також немає одностайності в його трактуваннях, що пояснюється поліфункціональним характером даної дефініції. Водночас, вчені одностайні у думці, що серед складових ключових компетентностей, що забезпечують високий рівень психофізичної готовності випускників вищої школи, виділяють рухову компетентність.

На основі узагальнення думок з цього приводу [1-18] можна вважати, що уявлення про зміст поняття «рухова компетенція» поєднує такі поняття, як «компетенція» і «рухова активність». Таким чином, інтегрувавши низку думок констатуємо, що «рухова компетенція» – це інтегрований результат опанування змістом дисципліни «Фізичне виховання», яке виражається у готовності студентів використовувати засвоєні знання, уміння, навички, для формування й зміцнення здоров'я й підтримання на високому рівні свого психофізичного стану. Вона включає:

– звички, що сприяють збереженню здоров'я та підтриманню його на високому функціональному рівні;



– життєві навички, що сприяють здоровому способу життя (раціональне харчування, рухова активність, санітарно-гігієнічний режим праці та відпочинку, тощо);

– систематичні заняття фізичною культурою.

Шляхом інтеграції думок дослідників [1-18], визначено, що рухова компетенція є синтезованим результатом взаємодії низки компонентів:

1. Мотиваційного, коли є зацікавленість у необхідності зміцнення свого стану здоров'я, наявність особистісних смислів у формуванні рухової компетенції;

2. Цільового, яке полягає у визначенні особистих цілей, які співвідносні з усвідомленим дотриманням здорового способу життя;

3. Орієнтаційного, що передбачає формування у студентів орієнтації на здоровий спосіб життя;

4. Функціонального, що передбачає здатність використовувати рухову компетенцію для досягнення власних цільових орієнтирів у покращанні психофізичного стану і його параметрів;

5. Оціночного, пов'язаного зі здатністю до самоаналізу; адекватного самооцінювання своїх позицій щодо рухової компетенції.

Узагальненням даних наукового доробку з питань запропонованої теми [1-18] окреслено низку наукових вимог до формування рухової компетенції у студентів:

– чільне місце належить меті й завданням фізичного виховання, які скеровують його зміст на повноцінний фізичний розвиток студентів, що є основою забезпечення подальшої ефективної трудової діяльності;

– гуманістична спрямованість змісту фізичного виховання, що передбачає відповідність потребам студентів; пріоритету цінностей їхнього здоров'я;

– науковість змісту фізичного виховання передбачає занесення

до його змісту тих положень, які є сталими в науці; матеріалу, що відповідає сучасному стану освіти, її новітнім досягненням;

– єдність змістової і процесуальної частин фізичного виховання при формуванні і структуруванні його змісту. Фізичне виховання у такому разі є не тільки засобом формування рухової компетенції, а й засобом здобування нових знань для самостійного набування умінь і навичок;

– відповідність віковим можливостям і рівню психофізичного стану студентів – залежність процесу формування рухової компетенції від рівня задатків і здібностей належить до закономірностей перебігу фізичного виховання;

– доступність програм й способів набуття рухової компетенції.

На сьогодні існують доволі різні позиції щодо ефективного розвитку рухової компетенції у процесі фізичного виховання. Процес їхнього формування визначений дією низки чинників. Першим і головним є система потреб студентів, яка нерозривно пов'язана із системою цілей, – як соціальних так і особистісних).

Дослідники стверджують, що найскладнішим аспектом є проблема забезпечення внутрішньої мотивації та усвідомлення студентами необхідності набуття рухової компетенції [1, 2, 9, 11, 18]. Студенти повинні чітко зрозуміти, що тільки від їхнього бажання та волі залежить, чи будуть вони свідомо вдосконалювати свою фізичну форму і тим самим «створювати» своє здоров'я. У цьому сенсі зазначимо, що процес фізичного виховання насамперед повинен бути особистісно значимим, необхідним для кожного студента, не послаблюючи при цьому орієнтацію на задоволення суспільних потреб у працеспromожних фахівцях – цільовий компонент.

Визначено, що цілеспрямоване оволодіння руховою компе-

тенцією сприяє стимулюванню студентів до занять фізичними вправами, прискорюють процес фізичного вдосконалення й є одним зі шляхів упровадження фізичної культури і спорту в побут і відпочинок студентів [1, 2, 5, 7, 11, 18]. Узагальнюючий аналіз літератури [1-18] з досліджуваного питання показує, що першочерговою умовою формування у свідомості студентів необхідності оволодіння руховою компетенцією є формування у них потреби в руховій активності, на основі якої формується відповідна мотивація. При цьому досягнення позитивного результату у цьому процесі є фундаментальною основою формування у свідомості студентів потреби – мотиваційний компонент.

Проте, у більшості ВНЗ України фізичне виховання проводиться один раз на тиждень на перших трьох курсах без додаткових занять у позанавчальний час [4, 8]. У результаті цього різко знижується ефективність занять з фізичного виховання щодо вирішення проблем гіподинамії та забезпечення ефективного розвитку рухової компетенції. Відтак, необхідні систематичні заняття фізичною культурою упродовж усіх років навчання, а також максимальне поєднання усіх форм фізичного виховання у ВНЗ. Окрім того, існує нагальна необхідність розробки нових та удосконалення чинних форми фізичного виховання студентської молоді [4, 7, 8]. У цьому аспекті значний інтерес представляють роботи, в яких покладено початок інноваційним підходам та оригінальним авторським розробкам теорії формування рухової компетенції у студентів й її реалізації в умовах гуманізації вузівської освіти [8, 14].

Дієвим рушійним чинником впливу на процес формування рухової компетенції є наукові досягнення галузі [2, 8, 14]. Втім, термін систематичного втілення



нових наукових ідей у практику повинен повсякчасно скорочуватись. За умови, що втілення нових ідей обмежується термінами виходу матеріалів у вільний доступ, вони ефективно впливають на формування у студентів рухової компетенції. Водночас вважається, що використання новітніх технологій передбачає поряд із поповненням теоретико-методологічних знань студентів щодо навичок, спрямованих на збереження власного здоров'я, – аналізу його результатів – оціночного компоненту [2, 14]. У співвідношенні мети фізичного виховання і досягнутих результатів – якість набуття рухової компетенції є інтегрованим підсумком організації навчально-виховного процесу фізичного виховання.

Ретельний аналіз емпіричних даних [1, 4, 7, 8] свідчить про те, що у переважній більшості студентів відсутнє бажання до систематичних занять фізичною культурою, а отже є недовим мотиваційний компонент рухової компетенції. На думку спеціалістів [1, 2, 7], однією з причин цього є відсутність у студентів теоретичних знань про корисну дію занять фізичним вихованням та необхідністю оволодіння навичками здорового способу життя. У теоретичній підготовці дотепер не знайшли відображення ті глобальні зміни, які відбулись у суспільстві та фізичній культурі. Вирішення цієї проблематики вимагає, щоб зміст фізичного виховання був відповідним сучасному стану науки, не зменшуючи його можливості як засобу формування рухової компетенції [1, 2, 8].

Прагматичний вектор соціальної поведінки у студентському середовищі щодо вибору шляхів досягнення життєвого успіху повинен також розглядатися фахівцями як мотиваційний стимул для формування рухової компетенції як інструменту творення бажаного іміджу, що є складовою ймовірності успішної майбутньої

професійної кар'єри, важливим компонентом здорового способу і стилю життя студентської молоді. Авторитетні науковці галузі наголошують [1-18], що необхідне формування широкого культурного світогляду, дбайливого ставлення до власного здоров'я як вагомих складових способу життя, які є визначальним у досягненні кар'єрного та життєвого успіху студентської молоді. Проте, доводиться констатувати, що процес формування рухової компетенції вимагає істотного підвищення якості та рівня теоретичної підготовленості студентів та їхньої обізнаності з питань збереження свого стану здоров'я, ролі здорового способу життя у цьому контексті, – у бік ґрунтовності змістовного компоненту фізичного виховання, методології та методики його організації – орієнтаційний компонент.

Проведене дослідження не претендує на вичерпне вивчення всіх аспектів досліджуваного питання. Воно лише доповнює й конкретизує знання у сфері теоретико-методологічної основи процесу формування рухової компетенції студентів ВНЗ у їхньому фізичному вихованні:

**Висновки.** Реформування вищої школи в контексті реалізації оздоровчої функції передбачає істотні зміни організації процесу фізичного виховання. У цьому сенсі якість набуття студентами рухової компетенції освіти виступає як інтегрований підсумок всієї організації навчально-виховного процесу фізичного виховання.

Відтак, шляхом аналізу теоретичного надбання в означеному керунку, визначено перелік детермінант, які забезпечують науково-обґрунтований процес формування рухової компетенції студентів ВНЗ у їхньому фізичному вихованні:

– перехід на якісно новий рівень ефективного формування рухової компетенції передбачає повну реалізацію її складових компонентів;

– органічний синтез усіх складових фізичного виховання при формуванні рухової компетенції: фізичне виховання у такому разі є не тільки засобом її формування, а й засобом здобування нових знань для самостійного набування умінь та навичок;

– відповідність організаційно-методичних аспектів формування рухової компетенції сучасним потребам і можливостям студентів; пріоритету цінностей їхнього здоров'я;

– кількість ефективних інформаційно-методичних систем, які забезпечують ефективний розвиток рухової компетенції у фізичному вихованні студентів, дуже нечисленне, що вимагає подальших наукових розвідок.

Загалом, необхідність вироблення чільної стратегії у визначеному керунку вимагає ґрунтовного доопрацювання теоретико-методичних основ формування рухової компетенції студентів ВНЗ. Означене зумовлене тим, що ефективне функціонування суспільства забезпечується наявністю фахівців з високим рівнем психофізичного стану, які спроможні забезпечити високопродуктивність праці.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають розгляд базових аспектів технологій формування рухової компетенції у студентів ВНЗ.

### Література

1. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. – М.: Альфа, 2003. – 352 с.
2. Дубогай О.Д. Фізичне виховання і здоров'я: навч. посібник / О.Д. Дубогай, Завидівська Н.Н., та інш. – К.: УБС НБУ, 2012. – 270 с.
3. Корягін В.М. Інформаційна інтерпретація устрою фізичного виховання й системи контролю в освітніх установах / В.М. Корягін, О.З. Блавт





- // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського НУ ім. Л. Українки. – 2015. – Вип.18. – С. 11-16.
4. Корягін В.М. До питання стану здоров'я студентів ВНЗ / В.М. Корягін, О.З. Блавт, І.П. Мудрик // Психологічні, педагогічні та медико-біологічні аспекти фізичного виховання : матеріали III Міжнародної електор. наук.-практ. конф. – Одеса, 2012. – С. 65-68.
  5. Круцевич Т.Ю. Управління процесом фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич, В.В. Петровський. – К. : Олімпійська література, 2008. – 379 с.
  6. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання / С.І. Присяжнюк. – К. : ЦУЛ, 2008. – 502 с.
  7. Раевский Р.Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р.Т. Раевский, С.М. Канишевский. – О. : Наука и техника, 2008. – 556 с.
  8. Шкребтій Ю.М. Перспективи удосконалення діючої в Україні системи фізичної культури і спорту / Ю.М. Шкребтій // Теорія і методика фізичного виховання. – № 2. – 2004. – С. 54-61.
  9. Физическая культура / [под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева]. – Минск : Вышэйшая школа, 2008. – 222 с.
  10. Физическая культура студента / Составители: Ю.Н. Алексеев, В.А. Чернышов, Н.К. Чуриков // Изд. Центр Воронежского ГУ, 2009 – 344 с.
  11. Физическое развитие студентов и совершенствование физического воспитания в вузе / под ред. Е.Д. Грязева, М.В. Жукова, О.Ю. Кузнецова, Г.С. Петрова. – М., 2012. – 72 с.
  12. Физкультура и здоровье студентов : учеб. пособие / [под ред. Е.Д. Хомской, М.М. Рыжак]. – М., 2003. – 125 с.
  13. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учеб. для студ. вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск : Тесей, 2003. – 528 с.
  14. Футорный С.М. Современные инновационные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы по формированию здорового образа жизни студентов / С.М. Футорный // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2011. – № 2. – С. 28–33.
  15. Bailey R. Teaching physical education / R. Bailey, T. Macfadyen. – Continuum International Publishing Group, 2000. – 226 p.
  16. Bailey R. The routledge physical education reader / R. Bailey, D. Kirk. – Routledge, 2008. – 1420 p.
  17. Green K. Physical education / K. Green, K. Hardman. – Mayer & Mayer Verlag, 2005. – 248 p.
  18. Stidder G. The really useful physical education book / G. Stidder. – Tatlor & Francis, 2010. – 216 p.

