



УДК 796.012.656+796.015.367-057.875

ПРОБЛЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ «КОМПЕТЕНТНІСТЬ» У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ФІТНЕС-КУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ І КУРСІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ

Максимова К.В., старший викладач кафедри
української та іноземних мов
Харківська державна академія фізичної культури

Мулик К.В., д. пед. н., доцент, професор,
завідувач кафедри зимових видів спорту, велоспорту та туризму
Харківська державна академія фізичної культури

У статті розглядається питання визначення поняття «компетенція» у процесі формування фітнес-культурної компетентності студентів І курсів вищої школи у процесі фізичного виховання. Сформовані фітнес-культурні компетентності для студентів І курсів вищої школи України. Доведено необхідність вдосконалення процесу фізичного виховання засобами фітнес-культури, здатної формувати освічених студентів, а також створення повноцінного процесу інкультурації, спрямованої на формування культурно-компетентної сучасної студентської молоді.

Ключові слова: *фітнес-культура, фітнес-культурна компетентність, методична система, вища школа, навчальний процес, фізичне виховання, інкультурація.*

В статье рассматриваются вопросы определения понятия «компетенция» в процессе формирования фитнес-культурной компетентности студентов I курсов высшей школы в процессе физического воспитания. Сформированы фитнес-культурные компетентности для студентов I курсов высшей школы Украины. Доказана необходимость усовершенствования системы физического воспитания средствами фитнес-культуры, способной формировать здоровых и образованных студентов, а также создание полноценного процесса инкультурации, направленной на формирование культурно-компетентной современной молодежи.

Ключевые слова: *фитнес-культура, фитнес-культурная компетентность, методическая система, высшая школа, учебный процесс, физического воспитания, инкультурация.*

Maksymova K.V., Mulyk K.V. THE PROBLEM OF THE DEFINITION OF "COMPETENCE" IN THE PROCESS OF FORMING THE FITNESS AND CULTURAL COMPETENCE OF STUDENTS AND HIGH SCHOOL COURSES

The article deals with the definition of the concept of "competence" in the process of forming the fitness and cultural competence of students and higher education courses in the process of physical education. Formed fitness and cultural competencies for students of the first year of higher education in Ukraine. The necessity of improving the process of socialization capable of forming educated students, as well as the creation of a fully-fledged inculturation process aimed at the formation of a culturally competent modern student youth, is proved.

Key words: *fitness culture, fitness-cultural competence, methodical system, high school, educational process, physical education, enculturation.*

Постановка завдання. Останнім часом спостерігаються тенденції підсилення ролі компетентностей у вищій освіті, що набуває все більшої актуальності [4]. Головною метою підготовки майбутніх спеціалістів у сучасних умовах розвитку нашого суспільства на шляху європеїзації стає набуття та розвиток певних компетентностей, які мають забезпечити йому можливість адаптуватися в умовах динамічного розвитку сучасного світу. Це потребує впровадження відповідних змін у зміст професійної підготовки майбутніх фахівців.

Глобальні соціально-економічні зміни, що відбуваються на сучасному етапі формування та розвитку нашого суспільства в

умовах європеїзації, мають суттєвий вплив на систему вищої освіти України. Особливої уваги потребує сучасний етап розвитку людства, що характеризується глобалізацією та інформатизацією світового суспільства, що негативно позначається на стані здоров'я населення України, зокрема, студентської молоді. Одним із найголовніших шляхів підвищення якості вищої освіти стає компетентнісний підхід як ключова методологія модернізації усього навчально-виховного процесу [4].

Тому необхідність гуманізації та гуманітаризації сучасної вищої освіти, яка актуалізує культурологічну складову програм усіх навчальних предметів вищої школи,



а також вдосконалення процесу соціалізації, здатної формувати освічених студентів, а також створення повноцінного процесу інкультурації, спрямованої на формування культурно компетентної сучасної студентської молоді є першочерговими завданнями вищої освіти.

Стало відомо, що сучасна система фізичного виховання в Україні, зокрема у м. Харкові, не задовольняє природну біологічну потребу студентської молоді у руховій активності, не забезпечує студентів необхідним рівнем здоров'я, фізичної підготовленості, працездатності, науково обґрунтованими освітніми і оздоровчими технологіями, які можна використовувати у подальшій життєдіяльності [6]. Однією з причин є застаріла методична система фізичного виховання, що не відповідає інтересам та потребам сучасної молоді. Так, виникла суперечність між потребами та вподобаннями особистості студента у світоглядному, духовно-культурному, інтелектуальному збагаченні та фізичному вдосконаленні [7].

Саме тому постало питання повної модернізації методичної системи фізичного виховання, її основної мети та завдань, організаційних форм, методів і засобів навчання, оздоровлення та виховання в їх раціональному поєднанні для формування у студентів фізкультурно-оздоровчих компетентностей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Зміст сучасних наукових публікацій свідчить про те, що імперативним фактором формування фітнес-культури як багатомірної нормативно-ціннісної системи пріоритетів молодіжного соціуму є формування фітнес-культурної компетентності та створення на основі цього новітніх освітніх програм з фізичного виховання на основі змісту різноманітних фітнес-технологій, які останнім часом активно розвиваються [3].

Вивченням питання методичної системи та формування ключових компетентностей займалися такі науковці, як С. Гончаренко, А. Новиков, Ю. Бабанський, А. Пишкало, Г. Серіков, проте ніхто з них не розглядав проблему формування фітнес-культурної компетентності студентів І курсів вищої школи, що і становить актуальність нашого дослідження.

Постановка проблеми. Метою нашого дослідження є визначення поняття «компетентність» у процесі формування фітнес-культурної компетентності студентів І курсів вищої школи.

Вирішення даної проблеми передбачає розв'язання наступних завдань: аналіз науково-методичної, філософсько-методоло-

гічної та психолого-педагогічної літератури з питань методичної системи, її компонентного складу, обґрунтування та розробка методичної системи формування фітнес-культурної компетентності студентів І курсів вищої школи.

Виклад основного матеріалу дослідження. Політичні та соціально-економічні зміни, що відбуваються в Україні та світі останнім часом, вимагають істотного реформування наявної методичної системи вищої освіти, яка має забезпечити кожному студентові реальні умови для інтелектуального, духовного і фізичного розвитку та підвищення загальнокультурного і професійного рівня, що відповідатиме кращим світовим стандартам освіти. Останнім часом спостерігається стрімке зниження рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я студентів І курсів в Україні, зокрема, у м. Харкові, показники яких набули критичного характеру [8].

Аналіз сучасних тенденцій удосконалення методичної системи фізичного виховання дозволяє стверджувати про те, що нині створюються об'єктивні умови для вирішення цієї проблеми за допомогою такого нового суспільно-культурного явища як фітнес-культура молодіжного соціуму, яка формує особистість на основі нормативно-ціннісної системи принципів здорового способу життя, психофізичного самовдосконалення, цілеспрямованої адаптації до навчальної та професійної діяльності.

Необхідність створення повноцінного процесу інкультурації, спрямованої на формування фітнес-культурної компетентної сучасної студентської молоді є першочерговими завданнями вищої освіти. **Інкультурація** це процес входження індивіда у культуру, оволодіння етнокультурним досвідом. Основний зміст інкультурації полягає у засвоєнні особливостей мислення та дій, моделей поведінки, які становлять культуру [10].

Фітнес-культуру складають два дуже поширені сучасні явища: «фітнес» та «культура». Сучасний стиль життя студентської молоді не можливо уявити без такого явища як **фітнес** (від англ. to be fit – «бути у формі»), що є сучасною організаційною формою кондиційного тренування і розглядається як світова метафора абсолютного здоров'я та соціального успіху особистості [6]. Нині фітнес став культурологічною **еманацією** (від лат. emanatio – «розповсюдження») західного стилю життя та стратегією успішності серед української молоді [5].

Слово «**культура**» – латинського походження, яке означало обробку, догляд, поліпшення (colo, colere – обробка, за-



йматися землеробством) [1]. Це поняття вживалося у словосполученнях і означало ступінь майстерності в якій-небудь галузі, придбання розумових навичок (наприклад, *cultura juris* – вироблення правил поведінки, *cultura scientiae* – засвоєння науки, *cultura literarum* – вдосконалення письма). До XVIII ст., згідно з висновками лінгвістів слово «культура» стало окремою, самостійною лексичною одиницею, означаючи «обізнаність, освіченість, вихованість», тобто все те, що і зараз ототожнюють з культурністю.

Марк Тулій Цицерон у «Тускуланських бесідах» використав красиву метафору – *cultura animi*, тобто оброблення, виховання душі, ототожнюючи її із філософією. В одному зі своїх листів він говорить про «культуру духу», тобто про розвиток розумових здібностей, що є гідним завданням для вільної людини і дається завдяки заняттям філософією [9]. Отже, фітнес-культура є результатом вдалого поєднання та еволюційним перевтіленням сфери фізичної культури на сучасному етапі існування нашої держави в ефективний засіб формування «культуру духу».

Сьогодні чітко простежуються тенденції сприятливих умов для виховання фітнес-культури особистості сучасної студентської молоді. Фітнес-культура постає як багатомірне соціокультурне явище, що є важливим інструментом становлення фізичного розвитку та психічної стійкості особистості у системі вищої професійної освіти, що сприяє її вихованню, освіті та соціалізації [2].

Фітнес-культура студентів трактується як сучасний, соціально-затребуваний, методично-обґрунтований та практично результативний компонент сфери фізичної культури, який виконує її основні функції з активною реалізацією всього потенціалу засобів оздоровчого фітнесу [2]. Заслугує на увагу той факт, що фітнес-культура є однією зі сфер активного формування тілесного, духовного та інтелектуального досягнення особистості, яка втілює у собі ціль, засоби та результат гармонійного розвитку та самовдосконалення життєвого потенціалу сучасної студентської молоді.

Як сегмент фізичної культури фітнес-культури властиве вирішення основних завдань, а саме: *ціннісно-зорієнтованих, гедоністичних, видовищних, інтегративних, інформаційних, соціальних та морально-виховних*, з метою задоволення потреб студентської молоді у рухливій активності та формуванню на основі цього фізичної дієздатності.

Цінність фітнес-культури полягає у тому, що вона є одним з компонентів проце-

су формування загальної та професійної культури особистості сучасного студента. Тому постала необхідність введення до навчального процесу нового предмету «Фітнес-культура». Як навчальна дисципліна, вона є одним із сучасних засобів формування всебічної розвиненої особистості, фактором зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного та психічного стану студентів у процесі професійної підготовки.

Через те, що фітнес-культура стала невіддільним компонентом сучасної субкультури студентської молоді, основним завданням якої є зміцнення та покращення стану здоров'я студентів та прищеплення навичок до здорового способу життя [8], тому постала необхідність формування фітнес-культурної компетентності у системі вищої освіти України.

Суть поняття **компетенція** (лат. *competentia* – «належність за правом») означає обізнаність та досвід індивідуума у певному питанні або колі питань, що охоплює універсальні та вузько специфічні предметні сфери, в яких людина добре обізнана, має знання та досвід [1]. Синонімами поняття «компетентність» вважають «проінформованість», «обізнаність», «авторитетність». Інше тлумачення цього поняття означає «коло питань, в яких людина добре обізнана, має знання та досвід». Компетентність також визначається як набута у процесі навчання інтегрована здатність особистості, яка складається зі знань, досвіду, цінностей і ставлення, що можуть цілісно реалізовуватися на практиці [4].

З позицій інтегрованого підходу компетентність є системною єдністю, що інтегрує особистісні, наочні та інструментальні (зокрема комунікативні) особливості і компоненти. Джон Равен визначає категорію компетентності як здатність людини, яка необхідна для виконання конкретної дії у певній галузі діяльності, яка поєднує у собі знання, навички, способи мислення і готовність нести відповідальність за свої вчинки [11]. На думку М. Фіцули, професійну компетентність фахівця визначають ціннісні орієнтації, мотиви його діяльності, розуміння себе та навколишнього світу, сталі взаємини з людьми, здатність до розвитку свого творчого потенціалу [12].

В останні роки поняття «компетентність» вийшло на загально дидактичний та методологічний рівні. Це пов'язано з його системно-практичними функціями й інтеграційною метапредметною роллю у загальній освіті. **Метапредметність** є особливим філософським рівнем інтеграції знань, який розглядає загальні взаємо-



зв'язки у системі «людина – суспільство – природа – техніка» [9]. У вищій школі вона покликана підвищити рівень інтеграції знань студентів, надати навчальним досягненням цілісності та системності, розвинути професійно спрямовані інтереси і здібності та допомогти в опануванні та отриманні обраної професії.

Посилення уваги до цього поняття обумовлене також рекомендаціями Ради Європи, що стосуються відновлення освіти, наближення її до замовлення соціуму. Необхідність формування вищою школою **ключових компетентностей** зазначена у концептуальній модернізації вітчизняної освіти [11]. Варто зазначити, що не існує єдиного узгодженого визначення та переліку ключових компетентностей. Під час симпозиуму Ради Європи на тему «Ключові компетентності для Європи» було визначено орієнтовний перелік ключових компетентностей [10].

В Україні Державний стандарт вищої освіти визначає такі види компетентності: *комунікативна, міжпредметна, предметна*. У цьому документі зазначається, що **компетентність** є динамічною комбінацією знань, вмінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, яка визначає здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти [4].

Варто відрізнити просто компетентності від освітніх компетентностей. **Освітня компетентність** це вимога до освітньої підготовки, виражена сукупністю взаємозалежних значеннєвих орієнтацій, знань, вмінь, навичок і досвіду діяльності учня стосовно визначеного кола об'єктів реальної дійсності, необхідних для здійснення особистісно та соціально значущої продуктивної діяльності. Визначивши поняття освітніх компетентностей, варто з'ясувати їх ієрархію. Вирізняють трирівневу ієрархію компетентностей:

- **ключові компетентності**, які відносяться до загального (метапредметного) змісту освіти;

- **загальнопредметні компетентності**, які відносяться до певного кола навчальних предметів та освітніх галузей;

- **предметні компетентності** – частки стосовно двох попередніх рівнів компетентності, що мають конкретний опис і можливість формування у рамках навчальних предметів.

З урахуванням даних позицій **ключовими освітніми компетентностями** є

такі: *ціннісно-смилова компетентність; загальнокультурна компетентність; навчально-пізнавальна компетентність; інформаційна компетентність; комунікативна компетентність; соціально-трудова компетентність; компетентність особистісного самовдосконалення*.

Під **фітнес-культурною компетенцією** розуміють набуту у процесі навчання інтегровану здатність студентів, яка складається зі фітнес-знань, вмінь, навичок, досвіду, цінностей, які можуть цілісно реалізовуватися у професійній діяльності. Фітнес-культурна компетентність це рівень адаптованості студентів до культурного, комунікаційного, спортивного сучасного середовища, їх вміння орієнтуватися та реалізувати себе у професійному просторі.

Отже, до фітнес-культурних компетентностей, якими повинен оволодіти студент під час вивчення дисципліни «Фітнес-культура» належать:

1). **Сформувати:**

- та закріпити фітнес-культуру як навчальну дисципліну, яка є одним із засобів формування всебічно розвинутої особистості, фактором зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного та психофізіологічного стану студентів вищої школи;

- фітнес-культуру як один із компонентів соціокультурної реальності студентів, частину його професійної культури у результаті цілеспрямованого педагогічного впливу основними та специфічними засобами, результатом якої є дбайливе відношення студентів до свого здоров'я та фізичних можливостей власного організму;

- фітнес-культуру як важливий компонент фізичної культури, що забезпечує раціональне використання особистістю студента рухової діяльності, з метою оптимізації стану та розвитку, фізичної підготовки до життєвої професійної діяльності;

- парадигму знань про використання фізичних вправ з метою підвищення потенціалу здоров'я;

- поняття «культура здоров'я» особистості студента;

- основні цінності орієнтації (інтелектуальні, мобілізаційні, валеологічні, цінності педагогічних технологій) та ціннісний потенціал фітнес-культури у майбутніх спеціалістах;

- мотиваційно-ціннісні відношення до фітнес-культури, установки на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення та виховання, потреби у систематичних заняттях.

**2). Знати:**

– історичні передумови виникнення фітнесу, основні види сучасних фітнес-технологій, а також структуру та зміст різних видів фітнес-програм;

– основні компоненти фітнес-культури;

– етимологію основних фітнес-понять та методи програмування фітнес-занять;

– загальну характеристику рухливої активності, фізіологію м'язової діяльності та адаптацію організму до фізичного навантаження;

– основи анатомії та біомеханіки;

3). Оволодіти :

– знаннями та навичками у галузі фітнес-культури;

– розуміти роль фітнес-культури у розвитку людини та підготовки спеціаліста;

– знати основи фітнес-культури та здорового способу життя;

– оволодіти системою практичних вмінь та навичок, які забезпечують зміцнення здоров'я, розвиток та удосконалення психофізіологічних здібностей та якостей, самовизначення у фізичній культурі;

– оволодіти теоретичними та практичними знаннями з фітнес-культури, відповідно до якої студенти повинні засвоїти: систему навчально-практичних та спеціальних знань, необхідних для розуміння природних та соціальних процесів функціонування фітнес-культури, вміти їх використовувати в організації здорового способу життя.

Висновки. Отже, проведений аналіз наукової літератури дозволяє зробити висновок про те, що серед основних завдань модернізації системи вищої освіти України, пріоритетним є оновлення цілей та змісту освіти на основі компетентного підходу з метою формування фітнес-культурної компетентності сучасної студентської молоді. Основою забезпечення успішного формування та розвитку фітнес-культурної компетентності студентів І курсів ми вбачаємо у створенні та реалізації у навчально-виховному процесі вищої освіти методичної системи формування фітнес-культури студентів І курсів вищої школи, що становить перспективу подальшого дослідження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.) / Уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. – К. ; Ірпінь : Перун, 2005. – 1728 с.

2. Григорьев В.И. Фитнес-культура студентов: теория и практика : [учеб. пособие] / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, С.В. Малинина. – СПб. : Изд-во СПб. ГУЭФ, 2010. – 228 с.

3. Зінченко В.Б. Фітнес-технології у фізичному вихованні : [навч. посіб.] / В.Б. Зінченко, Ю.О. Усачов. – К. : НАУ, 2011. – 152 с.

4. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи / під заг. ред. О.В. Овчарук // Бібліотека з освітньої політики – К. : К.І.С., 2004. – 112 с.

5. Мулик К.В. Культурологічна еманация фітнес-культури як засіб оздоровлення студентської молоді / К.В. Мулик, К.В. Максимова // Педагогіка та психологія. – 2017. – Вип. 58. – С. 71-82.

6. Максимова К.В. Роль і місце фізкультурно-оздоровчих фітнес-занять у системі діяльності вищих навчальних закладів м. Харкова / К.В. Максимова // Науковий часопис національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/фізична культура і спорт. Випуск 5(87). – С. 71-74.

7. Максимова К.В. Актуальні питання збереження та зміцнення здоров'я студенток 17-21 років вищих навчальних закладів за рахунок фізкультурно-оздоровчих фітнес-занять / К.В. Мулик, К.В. Максимова // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Випуск 10 – 2017. – С. 301-311.

8. Максимова К.В. Визначення індивідуальних адаптаційних можливостей студенток І курсів вищих навчальних закладів м. Харкова різного профілю / К.В. Максимова // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки ; Фізичне виховання і спорт. Випуск 25. – Луцьк, 2017. – С. 72-77.

9. Назаретян А.П. Антропология насилия и культура самоорганизации: очерки по эволюционно-исторической психологии / А.П. Назаретян. – М. : Либроком, 2012. – С. 62.

10. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки. – Київ. – 37 с.

11. Равен Д. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация / Джон Равен. – М. : Когито-Центр, 2002. – 396 с.

12. White R.W. Motivatio Reconsidered: Te Concept of Competence / R. W. White // Psychological Review. – 1959. – № 66. – P. 297–333.