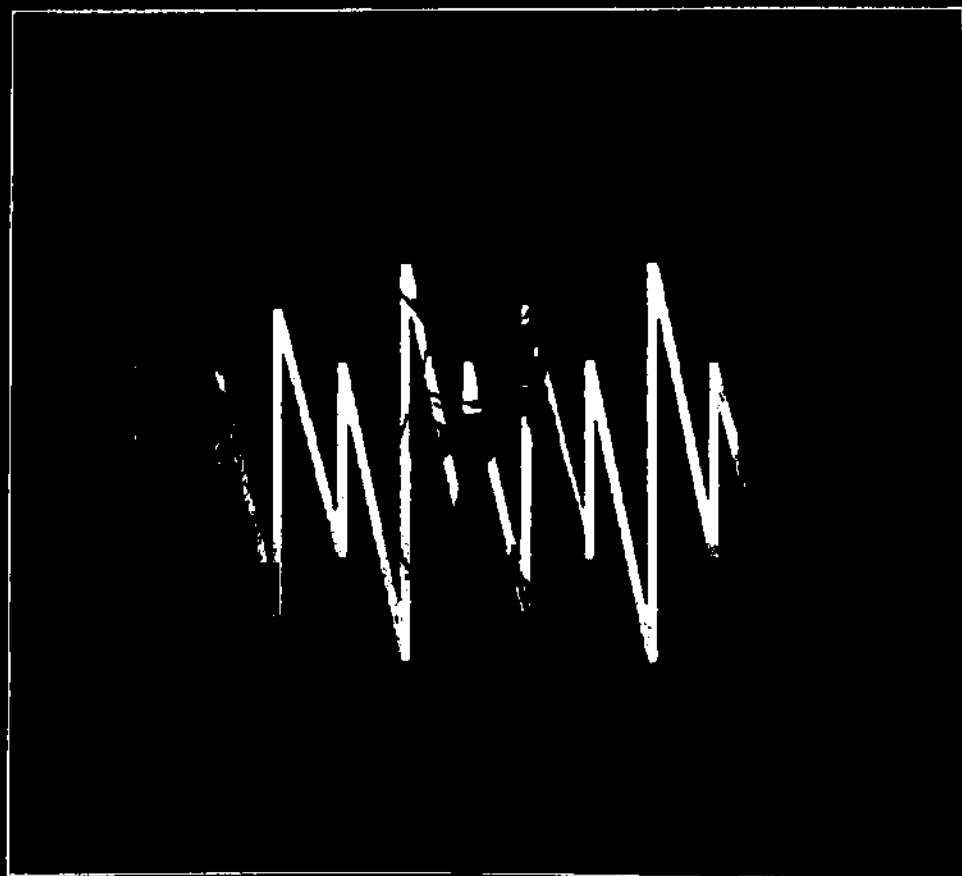


ISSN 1992-7908

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Науково-теоретичний журнал



3.2011

- 59 *Оксана Москаленко*
Програмне забезпечення фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільних закладах України
- 64 *Марія Пальчук*
Фізичний розвиток як інтегральний показник готовності учнів до виконання вимог навчальної програми
- 68 *Микола Сайнчук*
Антропологічний вимір ціннісних орієнтацій старшокласників на вдосконалення і збереження власного тіла
- 74 *В'ячеслав Семененко, Вікторія Білецька*
Особливості організації процесу фізичного виховання у технічному вищому навчальному закладі
- 78 *Сергій Синиця, Людмила Шестерова*
Динаміка морфофункціональних показників студенток під впливом занять оздоровчою аеробікою
- 84 *Озод Хасанов, Дильбар Сафарова*
Использование комплексного морфофункционального и валеологического подходов в оценке физической работоспособности и здоровья студентов

СПОРТИВНА МЕДИЦИНА, ФІЗІОЛОГІЯ ТА БІОХІМІЯ СПОРТУ

- 90 *Татьяна Корниенко*
Паттерны дыхания в диагностике физической работоспособности у легкоатлетов в беге на различные дистанции
- 94 *Юрий Салямин, Оксана Омелянчик, Надь Ричард*
Особенности травматизма опорно-двигательного аппарата гимнастов высокой квалификации
- 98 *Марина Тренева, Ольга Новоселова*
Содержание продуктов свободнорадикального окисления и уровень антиокислительной активности как маркеры индивидуальных психологических особенностей спортсмена

ПСИХОЛОГІЯ, СОЦІОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ, ФІЛОСОФІЯ, ЕКОНОМІКА І ПРАВО У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

- 102 *Михайло Ібрагімов*
Антропология спорта і фізичного виховання як вираз їх сутнісних рис в соціокультурному дискурсі
- 109 *Ольга Породько-Лях*
Архетипи концепту „здоровий спосіб життя” в сучасному українському спортивному дискурсі
- 114 *Юрій Тимошенко*
Становлення вищої фізкультурної освіти в Україні (1930—1935 рр.)
- 120 *Інна Толкунова, Адам Тухасєв*
Психологічний захист у прояві впевненості кваліфікованих шахістів

© “Теорія і методика фізичного виховання і спорту”, 2011

ВИПУСК ЖУРНАЛУ № 3/2011
ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ НУФВСУ
01.06.2011 р., протокол № 11

ВИЩА АТЕСТАЦІЙНА КОМІСІЯ УКРАЇНИ ВИЗНАЛА ЖУРНАЛ
ЯК ФАХОВЕ ВИДАННЯ.
Постанова Президії ВАК України № 24-0912 від 09.02.2000 р.

Видання Національного університету фізичного
виховання і спорту України
Видається з 1999 р.
Регістраційний № КВ-3828 від 23.11.99 р.
Україна, 03680, Київ-150,
вул. Фізкультури, 1
Тел. (044) 289 40 92
Факс (044) 287 68 21

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ТЕХНІЧНОМУ ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

В'ячеслав Семененко, Вікторія Білецька

Резюме. Определены особенности организации учебного процесса по физическому воспитанию для студентов Национального авиационного университета. Раскрыто содержание учебной программы по физическому воспитанию для студентов первого и второго курсов обучения, изложены требования к умениям и навыкам, которыми они должны овладеть в ходе изучения дисциплины "Физическое воспитание". Представлена структура общего и вариативного модулей этой дисциплины для студентов технических специальностей.

Summary. The paper examines the features of the physical education organization in the National Aviation University. Contents of physical education curriculum for first- and second-year students is examined along with requirements for skills and aptitudes that students should acquire in the course of the study of the discipline "Physical Education". The paper presents the structure of general and of variable modules of the discipline "Physical education" for students of technical professions.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій, зв'язок із науковими та практичними завданнями. Необхідність створення збалансованої системи навчання та фізичного виховання зумовлена багатьма причинами. З кожним днем збільшується потік нової інформації, спостерігається брак вільного часу для занять фізичною культурою, погіршується стан здоров'я молоді, знижується рівень фізичної підготовленості [6, 8, 9 та ін.].

Сформована проблемна ситуація вказує на актуальність вивчення факторів, що забезпечують високий рівень розумової та фізичної працездатності в процесі навчання у вищому навчальному закладі та необхідність вивчення закономірностей і взаємозв'язку між рівнем рухової активності її характеристиками розумової діяльності студентів. Збільшення потоку інформації, необхідність її переробки за короткі терміни, застосування різноманітних технічних засобів навчання тягнуть за собою постійну інтенсифікацію навчального процесу у вищих навчальних закладах. Це призводить до істотного скорочення обсягу вільного часу у студентів [1, 3, 6].

Надзвичайно напружена розумова діяльність і прогресуюча з кожним роком гіподинамія призводять до того, що показники функціонального стану систем організму та фізичної працездатності студентів істотно знижуються від молодших курсів до старших. Ця ситуація ще більше ускладнюється і тим, що в рейтингу цінностей у студентів здоров'я посідає досить скромне місце [2, 5].

Формування соціально-активної особистості в гармонії з фізичним розвитком є важливою умо-

вою підготовки випускника вищого навчального закладу до професійної діяльності в суспільстві, що розвивається за законами ринкової економіки. Це актуалізує проблему вдосконалення процесу фізичного виховання і підвищення його престижу у вищій школі. У зв'язку з цим постає питання щодо підвищення якості організаційно-управлінської діяльності в сфері фізичного виховання у вищих навчальних закладах. У кожному різновиді організаційної діяльності використовуються спеціальні форми та методи організаційно-управлінських дій: вивчення умов та можливостей, підготовка планів та технологій, забезпечення кадрів, створення керівних органів, виконавчих підсистем та ін. Безперечно, що від якості організаційної роботи залежить ефективність всього процесу фізичного виховання студентської молоді [1, 4, 7, 9].

Багатьма вітчизняними вченими та фахівцями порушується питання про необхідність вживання заходів для зростання не тільки професійних знань, а й рівня фізичної культури у майбутніх фахівців [1, 7, 8, 10]. Організаційно-управлінська діяльність спрямована на впровадження та забезпечення функціонування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання, а також на вдосконалення освітнього рівня студентської молоді. Тому актуальним є вивчення організаційно-управлінських аспектів фізичного виховання студентської молоді з метою підвищення якості процесу фізичного виховання.

Обраний напрям досліджень виконувався відповідно до НДР № 14/12.02.07 "Структура і зміст навчальних занять з фізичного виховання

вибірковій спрямованості зі студентами першого курсу Національного авіаційного університету" (номер держреєстрації 0110U006654) та Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України на 2011 – 2015 рр. за темою 3.1 "Вдосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах" (номер держреєстрації 0110U001733).

Мета дослідження – вивчити особливості організації процесу фізичного виховання у вищому навчальному закладі для студентів технічного напрямку підготовки.

Методи та організація досліджень: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програм із фізичної культури для вищих навчальних закладів, узагальнення досвіду передової педагогічної практики.

Результати досліджень та їх обговорення. Фізичне виховання – складова частина вищої гуманітарної освіти, що сприяє формуванню особистості майбутнього фахівця у процесі становлення його професійної компетентності. Це – спеціалізований педагогічний процес цілеспрямованої систематичної дії на людину фізичними вправами, силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних можливостей, формування і покращення основних життєво важливих рухових навичок, умінь та пов'язаних з ними знань, забезпечення готовності людини до активної участі у суспільному, виробничому і культурному житті. Важливою частиною навчальної дисципліни є підтримання працездатності та адаптації організму студентів до навантажень у процесі навчання.

Згідно з рішенням Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я, Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту від 11 листопада 2008 р. № 13/1-21011/1 "Про реформування фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України", постає необхідність внесення змін у зміст навчальних програм із фізичної культури, контрольних нормативів відповідно до вікових, індивідуальних закономірностей формування та розвитку людини з урахуванням позитивного світового досвіду.

Організаційно-управлінську роботу у сфері фізичного виховання студентської молоді складають такі напрями діяльності: пропаганда здорового способу життя; виховна робота зі студентами; матеріально-технічне, медичне, кадрове, науково-методичне забезпечення навчального процесу; здійснення фізкультурно-оздоровчих заходів.

Однією з необхідних умов організації навчального процесу за кредитно-модульною системою є

наявність робочої навчальної програми з кожної дисципліни, виконаної за модульно-рейтинговими засадами і доведеної до відома викладачів та студентів. Рейтингова система оцінювання (РСО) є невід'ємною складовою робочої навчальної програми і передбачає визначення якості виконаної студентом усіх видів аудиторної та самостійної навчальної роботи та рівня набутих ним знань, умінь та навичок шляхом оцінювання в балах результатів цієї роботи під час поточного, модульного та семестрового контролю, з наступним переведенням оцінки в балах у оцінки за традиційною національною шкалою та шкалою ECTS (European Credit Transfer System).

Робоча навчальна програма з дисципліни "Фізичне виховання" для студентів Національного авіаційного університету складена на основі робочих навчальних планів усіх напрямів, чинних із 2010 р., навчальної програми дисципліни "Фізичне виховання", "Тимчасового положення про організацію навчального процесу за кредитно-модульною системою (в умовах педагогічного експерименту)", "Тимчасового положення про рейтингову систему оцінювання", затверджених наказом ректора Національного авіаційного університету № 122/від 15.06.2004 р. та наказом ректора № 92/від 29.04.2010 р.

Зміст програми вміщує вступ, пояснювальну записку, зміст навчальної дисципліни, навчально-методичні матеріали з дисципліни, рейтингову систему оцінювання набутих студентом знань та умінь.

Пояснювальна записка розкриває мету та завдання викладання навчальної дисципліни, місце навчальної дисципліни в системі професійної підготовки фахівця та міждисциплінарні зв'язки, інтегровані вимоги до знань і умінь з навчальної дисципліни в межах модулів.

У розділі "Зміст навчальної дисципліни" представлено тематичний план навчальної дисципліни, проектування дидактичного процесу з видів навчальних занять, практичні заняття, їх тематика і обсяг, самостійна робота студента і контрольні заходи.

Зміст навчальної дисципліни представлено у вигляді змістових модулів. Змістовий модуль 1 "Фізкультурна освіта, загальна та спеціальна фізична підготовка студентів" надає знання щодо загальних основ фізичного виховання, до особистості та загальної гігієни при заняттях фізичним вихованням, вимог до техніки безпеки при заняттях фізичною культурою, природничих засобів відновлення після фізичних навантажень. Змістовий модуль 2 "Підвищення рівня фізичного стану в режимі життєдіяльності студентів" знайомить із закономірностями формування навичок, характеристикою основних рухових якостей людини;

термінологією та основами методик розвитку загальної витривалості. Змістовий модуль 3 "Фізична підготовка студентів засобами обраного виду спорту" допомагає вивчити основи здорового способу життя, вимоги до особистої та загальної гігієни при заняттях у спортивних приміщеннях та обраним видом спорту, до техніки безпеки при заняттях фізичною культурою та спортом, правил змагань обраного виду спорту. Змістовий модуль 4 "Удосконалення рухових якостей засобами обраного виду спорту" допомагає вивчити закономірності формування навичок, характеристику основних рухових якостей людини, термінологію, правила змагань та основи методики підготовки з обраного виду спорту, засоби відновлення після фізичних навантажень.

Навчальний матеріал програми для вивчення тем у другому семестрі представлено у таблиці 1.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати вимоги до особистої та загальної гігієни при заняттях фізичною культурою та спортом, основи здорового способу життя, закономірності формування навичок та характеристику рухових якостей людини, засоби та методи здійснення самоконтролю за особистим фізичним станом, правила змагань та основи методики підготовки з обраного виду спорту. Після оволодіння основними руховими навичками студенти можуть організувати та провести самостійне заняття з фізичної підготовки, оцінити особистий етап фізичної підготовленості та рівень розвитку рухових якостей, застосовувати на практиці методи самоконтролю, застосовувати на практиці різні методи

та засоби розвитку рухових якостей, здійснювати навчання основним руховим навичкам технічної підготовки в обраному виді спорту.

Організаційно-управлінська робота з фізичного виховання є плановим заходом. Для планування використовуються різні методичні прийоми, такі, як розробка програм з дисципліни "Фізичне виховання", що визначають зміст діяльності, складання моделі діяльності з урахуванням особливостей матеріально-технічного, кадрового, навчально-методичного та інших видів забезпечення навчального процесу. Важливою функцією організаційно-управлінської діяльності є контроль за рівнем фізичної підготовленості та фізичного стану студентів у процесі навчально-тренувальних занять.

Висновки

1. Фізичне виховання у вищому навчальному закладі, будучи базовою його формою, покликане сприяти, насамперед, усуненню відхилень у стані здоров'я студентів, всебічному фізичному розвитку, вихованню професійно значущих якостей та здатностей, усуненню можливих шкідливих впливів об'єктивних умов освітнього процесу на студента. Одним зі шляхів удосконалення процесу фізичного виховання студентів є впровадження різних видів рухової активності, які студенти обирають у залежності від потреб та інтересів, що сприяє підвищенню мотивації до занять оздоровчої та спортивною спрямованості.

2. Формування соціально-активної особистості в гармонії з фізичним розвитком є важливою умо-

Таблиця 1 – Тематичний план змістового модуля 2 "Підвищення рівня фізичного стану в режимі життєдіяльності студентів"

№ з/п	Назва теми	Обсяг навчальних занять (год.)			
		Усього	Лекції	Практичні	Самостійна робота
2.1	Загальний (обов'язковий) розділ. Розвиток фізичних якостей і рухових навичок при заняттях фізичним вихованням вибіркової спрямованості. Формування комунікаційного компонента в командних діях студентів. Методичні рекомендації щодо організації та проведення самостійних занять із фізичної культури і масового спорту	18		12	6
2.2	Засоби психофізичної підготовки студентів із метою формування професійної компетентності майбутніх спеціалістів різного профілю	6		4	2
2.3	Варіативний розділ. Підвищення спортивної майстерності студентів у групах підвищення спортивної майстерності з використанням сучасних фітнес-технологій. Методи оперативного та поточного лікарсько-педагогічного контролю за рівнем спеціальної фізичної підготовленості студентів у процесі навчально-тренувальних занять. Основи суддівської та інструкторської практики в сфері рекреації і масового спорту	14		10	4
2.4	Корегування рівня фізичного стану студентів відділення фізичної реабілітації з використанням різних форм рухової активності (вправи аеробної спрямованості, коригуюча та дихальна гімнастика, стретчинг тощо)	12		8	4
2.5	Виконання модульної контрольної роботи.	5		2	3
Усього годин за змістовий модуль 2		55		36	19

вою підготовки випускника вищого навчального закладу до професійної діяльності в суспільстві. Ця проблема потребує вдосконалення процесу фізичного виховання і підвищення його престижу шляхом підвищення якості організаційно-управлінської діяльності, складовою частиною якої є окремі види навчально-методичної роботи, зокрема, розробка програм із "Фізичного виховання" для студентів різних напрямів підготовки.

3. Однією з умов підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентської молоді є наявність варіативних модулів з різних видів рухової активності, що забезпечує підвищення мотивації до фізкультурно-оздоровчих занять та занять спортивної спрямованості.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці методичних рекомендацій для

самостійних занять студентів Національного авіаційного університету різних напрямків підготовки з метою підвищення рівня їхнього фізичного стану.

Література

1. Бондаренко І. Г. Засоби професійно-прикладної фізичної підготовки у фізичному вихованні студентів-екологів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / І. Г. Бондаренко; Дніпропетровський держ. ін-т фіз. культури і спорту. — Дніпропетровськ, 2009. — 20 с.
2. Бриллиантова О. О. Нормирование объемов нагрузок на академических занятиях по физической культуре для студентов ВУЗов в различные сезоны года: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук: 13.00.04 / О. О. Бриллиантова; Кубанский гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. — Краснодар, 2009. — 24 с.
3. Гостищев В. М. Рівень фізичної підготовленості як чинник мотивації студентів до фізичної активності в умовах навчального процесу та у вільний час / В. М. Гостищев // Слобожан. наук.-спорт. вісник. — 2010. — № 1. — С. 15—17.
4. Григорьев В. И. Фитнес — культура студентов: теория и практика: учеб. пособие / В. И. Григорьев, Д. Н. Давиденко, С. В. Малинина. — СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2010. — 228 с.
5. Иллюхин А. А. Новые формы и методы организации физкультурно-спортивной жизни студентов / А. А. Иллюхин // Слобожан. наук.-спорт. вісник. — 2010. — № 1. — С. 7—8.
6. Канишевський С. М. Педагогічне керівництво процесом фізичного самовдосконалення студентів / С. М. Канишевський, С. В. Пех, Ю. В. Човнюк // Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: здобутки, проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонської декларації: матер. Всеукр. наук.-практ. конф. — К., 2007. — С. 155—158.
7. Круцевич Т. Формування фізичної культури студентів у системі вищої освіти / Т. Круцевич, О. Марченко // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. — 2009. — № 2. — С. 78—81.
8. Подлесний О. І. Самоконтроль у фізичному вихованні як засіб підвищення мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів-судноводіїв: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / О. І. Подлесний; НУФВСУ; Київ. держ. акад. вод. транспорту ім. гетьмана П. Конашевича-Сагайдачного. — К., 2008. — 232 с.
9. Теорія та методика фізичного виховання: у двох томах / за ред. Т. Ю. Круцевич. — К.: Олімп. літ-ра, 2008. — Т. 2. — 424 с.
10. Турчина Н. І. Педагогічні особливості моделей фізичного виховання студентів ВУЗів на різних курсах навчання: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Н. І. Турчина; НАУ — К., 2008. — 228 с.

Національний авіаційний університет, Київ
 Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Надійшла 11.05.2011