

Узагальнення й систематизація сучасних наукових досліджень із питання вдосконалення програмно-методичного забезпечення процесу фізичного виховання студентів

Національний університет водного господарства та природокористування (м. Рівне)

Постановка наукової проблеми та її значення. Традиційна організація, зміст методичного забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах (ВНЗ) недостатньо відповідають сучасним вимогам і не забезпечують усебічну підготовку майбутнього фахівця, здатного на високому професійному рівні виконувати виробничі завдання. Спроби впровадити певні новачі в педагогічний процес не дають достатнього результату, а запропоновані способи розв'язання проблеми дефіциту рухової активності студентства виявляються неієвими.

Унаслідок цього понад 50 % випускників ВНЗ не спроможні якісно працювати на виробництві (С. І. Присяжнюк, 2008; В. О. Горбуля, 2009; О. А. Томенко, 2010; Л. П. Пилипей, 2010; Г. П. Грибан, 2012).

Один із головних принципів фізичного виховання – принцип оздоровчої спрямованості, зміст якого полягає в забезпеченні оздоровчого ефекту в процесі занять фізичними вправами (В. М. Платонов, М. М. Булатова, 1995; М. М. Линець, 1997; О. С. Куц, 2003; Т. Ю. Круцевич, 2000; Р. П. Шологон, 2003; Б. М. Шиян, 2004; А. В. Магльований і співавт., 2007), – є сьогодні вкрай актуальним для фізичного виховання студентської молоді. Ефективне та якісне виконання завдань фізичного виховання студентської молоді неможливе без систематичної роботи з удосконалення системи фізичного виховання у ВНЗ, її методичного забезпечення й наукового обґрунтування.

У зв'язку з цим проблема зміцнення здоров'я та підвищення фізичної підготовленості студентів спеціальних медичних груп (СМГ) на основі ефективних, науково обґрунтованих програм із фізичного виховання має першочергове соціально-економічне значення (А. В. Магльований, В. М. Белов, А. Б. Котова, 1998; О. М. Вацеба, С. П. Козіброцький, 2003, 2005; Т. Ю. Круцевич, 2003 та ін.).

Саме тому узагальнення й систематизація сучасних наукових досліджень із питання вдосконалення програмно-методичного забезпечення процесу фізичного виховання студентів на сьогодні є актуальним.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Ряд учених (Т. Ю. Круцевич, 2007–2012; Н. В. Москаленко, 2007–2014; Л. П. Пилипей, 2011; О. А. Томенко, 2012; О. М. Ольховий, 2013) у своїх роботах звертають увагу на необхідність кардинальної перебудови процесу фізичного виховання в навчальних закладах, упровадження інноваційних технологій, підходів щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі навчання студентської молоді.

Проблема програмно-методичного забезпечення фізичного виховання у ВНЗ висвітлюється в численних дисертаційних дослідженнях (С. П. Козіброцький, 2002; В. Є. Білогур, 2002; О. Т. Литвин, 2008; Д. М. Анікєєв, 2012; Г. П. Грибан, 2012 та ін.). Розробку, науково-експериментальне обґрунтування й упровадження експериментальних програм із фізичного виховання студентів СМГ розкрито в роботах О. Ю. Іваночко, 2009; С. І. Присяжнюка, 2008; О. З. Блавт, 2012; М. В. Євтушок, 2015 та ін.

Удосконалення диференціації змісту, форм і методів педагогічного впливу здійснено в працях Н. І. Турчини, 2008; І. А. Салука, 2010; І. І. Вржеснєвського, 2011; Ж. В. Малахової, 2013 й ін. Індивідуалізацію процесу фізичного виховання відображено в працях О. Ф. Баканової, 2013; М. В. Євтушок, 2015 та інших науковців. Упровадження технологій навчання й виховання в системі фізичного виховання студентів відображено в дослідженнях І. А. Салука, 2010; Г. Д. Галайтатія, 1997; Ю. В. Юрчишина, 2012; С. І. Присяжнюка, 2013; Н. Н. Завидівської, 2013; С. М. Футорнія, 2015.

Застосування оздоровчих технологій у навчальному процесі студентів з урахуванням специфіки професійного навчання й професійної діяльності розкрито в наукових працях таких учених, як Н. О. Хлус (2015) – ВНЗ гуманітарної спеціалізації; Н. І. Турчини (2008) – ВНЗ технічної спеціалізації; Ю. П. Ядвігі (2011), Н. А. Башавець (2012) – ВНЗ економічного спрямування; Г. П. Грибана (2012), С. І. Присяжнюка (2013) – аграрні ВНЗ; О. Ю. Іваночко – навчальні заклади МОЗ України.

Професор Н. Н. Завидівська (2013) здійснила контент-аналіз змісту навчальних програм, посібників, підручників для виявлення інноваційних підходів, особливостей технологій здоров'язбереження та процесу фізичного виховання у вищій школі [6].

Сучасні науковці стверджують, що спроби відновити фізкультурно-оздоровчу й спортивно-масову діяльність у ВНЗ старими організаційними формами, як правило, не дають бажаних результатів. Широке використання в навчальному процесі таких форм, як анкетування, консультація, спецкурс, лекція, тест, додаткова освіта, які спрямовують студента на збереження власного здоров'я

й ведення здорового способу життя, майже не здійснюється. Коригувати такий стан життя, формувати здоровий спосіб життя студента можливо за допомогою спеціального педагогічного забезпечення. Під педагогічним забезпеченням мається на увазі «сукупність факторів та умов їх розгортання за допомогою спеціальних педагогічних форм, методів, процедур та прийомів (технологій)» [3, с. 10].

Мета статті – здійснити узагальнення й систематизацію сучасних наукових досліджень із питання вдосконалення програмно-методичного забезпечення процесу фізичного виховання студентів.

Завдання роботи:

1) вивчити практичний досвід і наукові праці провідних учених галузі з проблеми програмно-методичного забезпечення процесу фізичного виховання студентів;

2) визначити чинники, які є передумовою для розробки й експериментальної перевірки інноваційних авторських програм із фізичного виховання. Надати стислу характеристику окремих програм.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Зміст і форми фізичного виховання у ВНЗ визначено комплексною програмою [1; 7]. Курс фізичного виховання спрямований на виконання низки специфічних завдань на основі варіативного компонента програми. Варіативний компонент програми формується науково обґрунтованими й апробованими на практиці додатковими засобами, нетрадиційними формами, методами та прийомами організації фізичного виховання. Він ґрунтується на обов'язковому (базовому) компоненті, доповнює його й ураховує специфіку спрямованості навчання в регіонах, індивідуальні особливості дітей, учнів і студентів (курсантів, слухачів), їхні спортивні інтереси, потреби, регіональні умови й традиції народної фізичної культури [1, п. 2.4.2.].

Перелік інноваційних авторських програм, що останнім часом розроблені та впроваджені у ВНЗ, наведено в таблиці.

На думку науковців, численні експериментальні розробки інноваційних авторських програм компенсують відсутність сучасних методик навчання в системі фізкультурно-оздоровчої освіти студентів ВНЗ різного професійного спрямування [6; 8]. У дослідженнях доведено, що, по-перше, застосування уніфікованої програми з фізичного виховання дає неоднакові ефекти в осіб із різним рівнем фізичної підготовленості. Це вимагає додаткової розробки диференційованих програм із фізичного виховання для студентів із низьким рівнем фізичної підготовленості (І. Р. Боднар, 2000). По-друге, не знайшла належного розв'язання проблема програмування занять оздоровчої спрямованості, що пояснюється складністю уніфікації й об'єктивізації тестів для оцінки фізичного стану, складністю контролю інтенсивності навантажень, відсутністю простих та об'єктивних методів програмування оздоровчих занять (О. В. Дрозд, 1998). По-третє, недостатньо вивчено особливості формування системи фізичного виховання в студентів різних спеціальностей в умовах кредитно-модульної системи організації навчального процесу (Ю. П. Ядвіга, 2011).

У дисертаційному дослідженні О. Ф. Баканової (2013) зазначено, що «нормативні вимоги, які були основою організації вузівського фізичного виховання в попередній період, виявилися неприйнятними сьогодні й можуть бути лише показниками фізичної підготовленості попереднього періоду. Зміна соціальних умов життя суттєво позначилася на фізичному розвитку молоді, що, звичайно, відобразилося на доступності нормативних вимог до фізичної підготовленості, особливо в окремих її якісних складниках. На сучасному етапі при побудові системи державних стандартів в оцінюванні фізичної підготовленості студентів ВНЗ України, яка ґрунтується на індивідуальних особливостях фізичного розвитку особистості, основною складністю вирішення питання стає використання норм фізичного розвитку, фізичної підготовленості й фізичного стану [2; 4]. Крім того, стрімкий розвиток педагогічних технологій ставить перед вищою школою нові завдання, які вимагають перегляду змісту освіти, форм та методів навчання.

Вищезазвані чинники – передумова для розробки та експериментальної перевірки інноваційних авторських програм із фізичного виховання.

У 2000, 2004 рр. з'являються фундаментальні праці з теоретичних основ оздоровчої фізичної культури американських спеціалістів Едварда Т. Хоулі й Д. Дон Френкс [9; 10], що стало методичним підґрунтям до впровадження оздоровчих технологій у навчальний процес студентів. Науковці виділяють загальний і фізичний фітнес. Загальний фітнес пов'язаний із потягом до найвищого рівня життя. Він складається з інтелектуальних, соціальних, духовних і фізичних якостей. На думку науковців, здоровий спосіб життя – це динамічний, багатогранний стан, пов'язаний з умовами навколишнього середовища та індивідуальних інтересів. Фізичний фітнес уключає оздоровчий фітнес, спрямований на досягнення й підтримку фізичного благополуччя та зниження ризику виникнення захворювань, а також на розвиток рухових якостей для досягнення високого рівня в професійній діяльності [9, 214–218].

За результатами експериментальних досліджень Г. Д. Галайтатого (1997) у технічному ВНЗ встановлено особливості фізичної й розумової працездатності студентів із різним рейтингом успішності та фізичної підготовленості, виявлено зміни під впливом фізичних навантажень й обґрунтовано методику їх комплексної діагностики та корегувальної технології.

Установлено, що тижневий розподіл фізичних і розумових навантажень, їх обсяг та інтенсивність, рівень фізичної підготовленості й розвиток окремих фізичних якостей значно впливають на ефективність навчання в закладах освіти. Запропоновано методику комплексної діагностики та корегувальної технології управління показниками працездатності студентів технічного закладу освіти, норми розподілу фізичних і розумових навантажень у тижневому циклі навчання, шкал у рейтинговій оцінці рівня фізичної підготовленості [5].

На сучасному етапі у сфері рекреації та оздоровчої фізичної культури відбувається активне впровадження в практику інноваційних технологій із метою досягнення й підтримки оптимального фізичного стану людини згідно з її мотивацією та індивідуальними особливостями (М. М. Булатова, Ю. О. Усачов, 2003; В. В. Левицький, 2004, Е. Т. Хоулі, Б. Д. Френкс, 2004). Ефективна реалізація поставленої мети можлива за умови своєчасного наукового обґрунтування нетрадиційних форм рухової активності й оцінки їхнього фізкультурно-оздоровчого потенціалу (О. С. Губарева, 2001; В. Ю. Давидов, А. І. Шамардін, 2005; Т. В. Івчатова, 2005).

О. Ю. Іваночко (2009) розробила авторську програму фізичного виховання студенток СМГ. Основні положення програми визначали зміст, організацію та структуру занять, методику їх проведення, прогнозовані рівні фізичного навантаження й тривалість етапів занять у дворічному періоді навчання, показники фізичного розвитку, фізичної підготовленості, серцево-судинної системи та гемодинаміки, індексів Руф'є й Скибінські, частоти серцевих скорочень, тах ЧСС і кількості її повторень в одному занятті за моделями фізіологічної кривої академічних та самостійних занять з урахуванням адаптації організму студенток до фізичних навантажень на кожному етапі занять. Отримані результати впроваджені в практику навчального процесу медичних ВНЗ МОЗ України, а також на кафедрах фізичного виховання ВНЗ МОН України.

І. А. Салук (2010) науково обґрунтував методику індивідуалізації фізичного виховання студентів ВНЗ з урахуванням рівня їхнього фізичного здоров'я; розробив діагностичну комп'ютерну програму визначення рівня соматичного здоров'я студентів ВНЗ для їх розподілу на однорідні підгрупи під час занять фізичним вихованням; обґрунтував параметри фізичних навантажень для підгруп студентів із різним рівнем фізичного здоров'я [8]. Експериментально доведено, що при раціональному використанні засобів фізичного виховання та індивідуалізації навантажень відповідно до рівня фізичного стану навіть при мінімальних часових параметрах можна досягти помітних позитивних зрушень. Це корелює з дослідженнями О. Я. Пирогової (1989), Л. Я. Іващенко, Н. П. Страпко (1988), які довели, що 8-тижневий термін занять дорослого населення є достатнім для переходу тих, хто займається, на більш високий рівень фізичного стану. Очевидно, саме цей час може бути прийнятий за мезоцикл занять оздоровчого спрямування [8].

Ю. П. Ядвіга (2011) розробила та доповнила методику розрахунку оцінювання успішності студента з дисципліни «Фізичне виховання» за видами навчальної роботи відповідно до вимог кредитно-модульної системи й шкали ECTS.

І. І. Вржесневським обґрунтовано інтегральну оцінку індивідуальних фізичних можливостей для використання в якості критерію системи медико-педагогічного контролю фізичного виховання студентів спеціального відділення ВНЗ. Обґрунтовано та розроблено індивідуальну карту фізичних можливостей студента спеціального відділення ВНЗ [4].

У дослідженнях підтверджено дані про невисокий рівень фізичного розвитку й фізичної підготовленості студентів, неоднорідність фізичної підготовленості молоді, взаємозв'язки між показниками фізичного стану.

У наукових працях наголошено на зміщенні акценту із суто фізичного на освітній, виховний та оздоровчий її аспекти, постає питання не про фізичне виховання у вузькому розумінні, а про неспеціальну (загальну, непрофесійну) фізкультурну освіту, до утилітарного розуміння фізичної культури додається її гуманітарна сутність, до фізичних якостей – знання, потреби, мотиви, інтереси та світоглядні особливості, відповідно до яких повинні відбуватися біосоціальні зміни особистості (І. Сулейманов, 2000; W. Osiński, 2002; В. Приходько, 2004; О. Томенко, 2012).

Висновки й перспективи подальших досліджень. Аналіз спеціальної наукової літератури, Internet-джерел та узагальнення практичного досвіду свідчить, що однією з центральних складників методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів є програмно-методичне забезпечення, яке завжди спрямовувалося на виконання широкого комплексу освітніх, виховних, оздоровчих і розвивальних завдань, що відбувається за рахунок обов'язкових форм, факультативних і самостійних занять з урахуванням інтересів, побажань, здібностей та індивідуальних особливостей організму студентів.

Система фізичного виховання студентів потребує вдосконалення задля підвищення її ефективності. Невисокий рівень фізичного розвитку й неоднорідність фізичної підготовленості студентів, зростання кількості студентів, яких за станом здоров'я для занять фізичним вихованням відносять до спеціальної медичної групи, хаотичне впровадження в навчальний процес технологій, методик, програм

оздоровлення, що не мають наукового обґрунтування, стали передумовою для розробки та експериментальної перевірки інноваційних авторських програм із фізичного виховання.

Джерела та література

1. Державні вимоги до навчальних програм з фізичного виховання в системі освіти. Наказ МОН України від 25 травня 1998 р., № 188 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/REG2941.html
2. Баканова О. Ф. Організація фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі реформування вищих навчальних закладів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / О. Ф. Баканова ; Харк. держ. акад. фізичної культури. – Х., 2013. – 23 с.
3. Блавт О. З. Диференційований підхід до рухового режиму студентів спеціальних медичних груп залежно від характеру і тяжкості захворювання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / О. З. Блавт ; Львівський держ. ін-т фізичної культури. – Львів, 2012. – 22 с.
4. Вржесневський І. І. Оцінка фізичних можливостей студентів у системі медико-педагогічного контролю процесу фізичного виховання спеціального відділення ВНЗ : автореф. дис. ... канд. наук із фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / І. І. Вржесневський ; Національний ун-т фіз. вих. і спорту України. – К., 2011. – 21 с.
5. Галайтатий Г. Д. Фізіологічна характеристика фізичної і розумової працездатності студентів з різним рейтингом успішності і фізичної підготовленості : автореф. дис. ... канд. біол. наук за спец. : 03.00.13 – фізіологія людини і тварин / Г. Д. Галайтатий ; Київський ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 1997. – 22 с.
6. Завидівська Н. Н. Теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у процесі здоров'язбережувального навчання : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання» / Наталія Назарівна Завидівська ; Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – К., 2013. – 40 с.
7. Козіброцький С. П. Програмно-нормативні основи фізичного виховання студентів (історико-методологічний аналіз) : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення» / С. П. Козіброцький ; Львів. держ. ін-т фіз. культури. – Львів, 2002. – 15 с.
8. Салук І. А. Індивідуалізація фізичного виховання студентів з різним рівнем здоров'я : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / [Іван Андрійович Салук](#). – К. : 2010. – 20 с.
9. Хоули Едвард Т. Оздоровительный фитнес : пер. с англ. А. Ященко / Э. Т. Хоули, Б.Д. Френкс ; науч. ред. А. Ященко, В. Левицкий. – Киев : Олимп. лит., 2000. – 368 с. – С. 214–218.
10. Хоули Едвард Т. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс ; пер. с англ. А. Ященко, В. Левицкий. – Киев : Олимп. лит., 2004. – 375 с.

Анотації

Для створення цілісної методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів потрібно виявити загальні механізми впровадження оздоровчих технологій в освітній простір вищих навчальних закладів, показати можливість їх використання при засвоєнні різних розділів навчальної програми. Зробити це без систематизації сучасних наукових досліджень із питання вдосконалення програмно-методичного забезпечення процесу фізичного виховання студентів неможливо. Аналіз спеціальної наукової літератури свідчить, що одним із центральних складників методичної системи є програмно-методичне забезпечення, яке завжди спрямовувалося на виконання широкого комплексу освітніх, виховних, оздоровчих і розвивальних завдань, виконання яких здійснюється за рахунок обов'язкових форм, факультативних і самостійних занять з урахуванням інтересів, побажань, здібностей та індивідуальних особливостей організму студентів. Система фізичного виховання досліджуваних потребує вдосконалення задля підвищення її ефективності. Невисокий рівень фізичного розвитку й неоднорідність фізичної підготовленості молоді одного віку, зростання кількості студентів, яких за станом здоров'я для занять фізичним вихованням відносять до спеціальної медичної групи, хаотичне впровадження в навчальний процес технологій, методик, програм оздоровлення, що не мають наукового обґрунтування, стали передумовою для розробки та експериментальної перевірки інноваційних авторських програм із фізичного виховання.

Ключові слова: методична система, програмно-методичне забезпечення, студенти, експериментальні програми.

Елена Кузнецова. Обобщение и систематизация современных научных исследований по вопросу совершенствования программно-методического обеспечения процесса физического воспитания студентов. Для создания целостной методической системы применения оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов необходимо выявить общие механизмы внедрения оздоровительных технологий в образовательном пространстве высших учебных заведений, показать возможность их использования при усвоении различных разделов учебной программы. Сделать это без систематизации современных научных исследований по вопросу совершенствования программно-методического обеспечения процесса физического воспитания студентов невозможно. Анализ специальной научной литературы свидетельствует, что одной из центральных составляющих методической системы является программное методическое обеспечение, которое всегда направлено на решение широкого комплекса образовательных, воспитательных, оздоровительных и развивающих задач, выполнение которых осуществляется за счет обязательных форм, факультативных и самостоятельных занятий с учетом, пожеланий, способностей и индивидуальных особенностей организма студентов. Система физического воспитания студентов требует усовершенствования с целью повышения ее эффективности. Предпосылкой для разработки и экспериментальной проверки инновационных авторских программ по физическому воспитанию явились следующие факторы: невысокий уровень физического развития

и неоднородность физической подготовленности молодежи, рост числа студентов, которых по состоянию здоровья для занятий физическим воспитанием зачисляют в специальные медицинские группы, хаотичное внедрение в учебный процесс технологий, методик, программ оздоровления, не имеющих научного обоснования.

Ключевые слова: методическая система; программно-методическое обеспечение; студенты; экспериментальные программы.

Elena Kuznetsova. Generalization and Systematization of Modern Scientific Researches on the Perfection of Programmatic Methodical Providing of Process of Students' of Physical Education. For creation of the integral methodical system of application of health technologies in the process of students' physical education it is necessary to find out the general mechanisms for the implementation of health technologies in educational space of higher educational institutions, to show the possibility of their using for mastering of different sections of the curriculum. Doing it without studying the trends of formation and prospects of subsequent development programmatic normative providing of process of physical education of higher school is impossible. The analysis of the special scientific literatures shows that one of the central components of the methodical system is the programmatic-methodical providing, which is always directed at solving a wide complex of educational, health and developing problems, the implementation of which is carried out by obligatory forms, elective and independent classes taking into account the interests, wishes, capabilities and individual features of students' organism. The system of students' physical education needs improvement with the purpose of increase of its efficiency. The low level of students' physical development, the heterogeneity of the preparedness of young people of one age, growing number of students, which for health reasons for physical education are referred to special medical group, chaotic introduction in the educational process technologies, methods, rehabilitation programs, which do not have a scientific ground, became pre-condition for development and experimental verification of author programs of physical education.

Key words: methodical system; programmatic methodical providing; students; experimental programs.