

Ткаченко П. П., Скорий О. С., Курилло Т. В., Пилипчук П. Б.

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ НА ОСНОВІ ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНОГО ВИБОРУ ВИДУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Система фізичного виховання в Україні, історія якої започаткована десятки століть тому, продемонструвала свою життєздатність і спроможність до постійного оновлення і змін, до сприяння перетворення і прогресу у суспільстві. Темпи перетворень і розвитку у сфері фізичного виховання привели до зміни людини та її соціальних інститутів. Розвиток системи фізичного виховання у вищих освітніх закладах визначено потребами суспільства та окремих його членів і обумовлено рівнем розвитку матеріального виробництва, соціальними уявленнями про мету, завдання, засоби, зміст і методи, які мають бути складниками певної методичної системи [3, с. 30]. Фізичне виховання учнівської і студентської молоді має відображати нові підходи до формування гармонійного розвитку особистості, формувати у кожного учня дбайливе ставлення до власного здоров'я та фізичної кондиційності, комплексно розвивати фізичні й психічні якості, сприяти активному і творчому використанню засобів фізичної культури та спорту в організації й здійсненні здорового способу життя [5, с. 13]. У такому разі формування та реалізація бажання використовувати рухову активність у повсякденній діяльності повинні відбуватись на підставі індивідуальних особливостей і потреб кожного студента.

Високий рівень рухової активності студентів сприятливо впливає на розвиток їхніх фізичних якостей, рівень фізичної підготовленості та здоров'я забезпечує успішне виконання програмових вимог і тестів. Помітне зниження доли рухової активності у режимі життєдіяльності студентів створило систему протиріч між значним інтелектуальним і недостатнім фізичним навантаженням. Нині існує висока залежність фізичного здоров'я і функційного стану організму від рівня рухової активності студентів. Недостатня рухова активність призводить до порушення у роботі м'язового апарату, внутрішніх органів, змін структури скелетних м'язів і міокарда та порушення функціонування всіх систем організму. Під час низької рухової активності у студентів з'являється апатія, відсутність уваги й зосередженості, порушений сон, знижена м'язова сила та координація [2, с. 59].

Традиційна система фізичного виховання у вищих освітніх закладах не розв'язує повністю проблеми оптимізації фізичної підготовленості, фізичного стану та формування мотиваційної сфери студентів. Важливою формою активізації навчального процесу за ствердженням Г. П. Грибана є проведення модульного контролю протягом навчального року, це дозволяє студенту отримати залік або диференційовану залікову оцінку до сесії, що значно підвищує рівень мотивації студентів у процесі навчальних занять [1, с. 890].

Основними позиціями оновлення педагогічної системи фізичного виховання повинні стати демократизація і гуманізація його основних положень, розвиток соціокультурних аспектів, посилення освітньої спрямованості і творче освоєння цінностей фізичної культури. У такому разі фізкультурно-спортивно діяльність варто розглядати як одну зі сторін духовного виховання особистості студента. Соціальна роль її полягає у використанні студентами вільного часу, боротьбі з антигромадською поведінкою, вихованні духовності, зміцненні здоров'я, а також позитивному впливові її на широкі маси студентської молоді, яка безпосередньо не займається фізичними вправами та спортом [4, с. 18]. Для цього необхідно: здолати педагогічний консерватизм у системі фізичного виховання, відродити його демократичні традиції та ідеали, усунути відчуження системи фізичного виховання від життя, розвитку особистості і культури.

Аналіз літературних джерел вказує на відсутність достатньої кількості та якості джерел, спрямованих на формування у студентів особистісно-орієнтованого вибору рухової активності. Тому мета статті полягає у вивченні особистісно-орієнтованого вибору виду рухової активності в навчальному процесі з фізичного виховання.

Основу особистісно-орієнтованого фізичного виховання становить можливість впливати на етичну й естетичну сфери особистості, внаслідок чого відбувається формування здатності та вміння бачити, сприймати і розуміти прекрасне у спортивних рухах, наслідувати їх у своїх діях і діяльності внаслідок власного фізичного вдосконалення. Особистісно-орієнтаційні функції слід розглядати у двох аспектах [6]. Перший аспект припускає сформованість диференціації студентом різних цінностей у міру їх важливості «особисто для себе». Другий передбачає формування морального, світоглядного, етичного та естетичного оцінювання студентом явищ дійсності і знаходження себе у ній. У результаті цього здійснено соціалізацію особистості на основі засвоєння цінностей соціального досвіду, формування активної життєвої позиції. Реалізація фізкультурно-оздоровчої діяльності дає можливість розширити знання про можливості власного організму, що становлять основу пошуку шляхів удосконалення себе для життєдіяльності.

Тоді ж педагогічний досвід показує, що якщо фізичне виховання «замкнуте» на руховій діяльності і цілеспрямовано не впливає на духовний розвиток і чуттєву сферу людини, то він разом із позитивними моральними якостями може формувати асоціальну поведінку та егоїстичні спрямування особистості. Переважання тілесного компонента у змісті фізичного виховання проти соціокультурного призводить до деформації цінностей фізичного виховання, внаслідок чого фізичне виховання втрачає риси гуманістичної спрямованості педагогічного процесу, його загальнокультурну і моральну змістовність.

Нині в Україні не існує чітких офіційних вимог до фізичної підготовки фахівця з вищою освітою. Це породжує необхідність створення умов для особистісно-орієнтованої фізкультурно-оздоровчої системи педагогічних дій для студентів, здійснення змістовної і методичної диференціації відповідно до закономірностей фізичного, психічного і соціального розвитку кожного студента. Як правило, переважають нетрадиційні форми фізичного виховання, що змінюють традиційну урочну форму організації занять. Важливим є залучення студентів до участі у спортивно-масових заходах. Велику увагу зосереджено на підвищенні престижності участі у факультетських і університетських змаганнях з популярних видів спорту.

Обґрунтування необхідності модернізації системи фізичного виховання в освітніх закладах має бути побудована на принципах особистісно-орієнтованої рухової активності, спрямованої на збереження здоров'я і фізичної підготовленості молоді. Особливість формування у студентів особистісно-орієнтованого вибору видів рухової активності полягає в особистій мотивації і усвідомленості обраного виду фізкультурної діяльності.

Фізичне виховання як навчальна дисципліна дозволяє сформулювати поняття дослідження «особистісно-орієнтоване фізичне виховання» під яким слід розуміти процес цілеспрямованого освоєння ціннісного потенціалу фізичної культури і спорту, ціннісних орієнтацій на фізичне самоудосконалення і здоровий спосіб життя, розвиток рухових навичок і умінь, індивідуального фізкультурно-оздоровчого стилю життя.

Література:

1. Грибан Г. П. Оцінка якості впровадження модульно-рейтингової системи в навчальний процес з фізичного виховання / Г. П. Грибан // Олімпійський спорт і спорт для всіх: тези доповідей ІХ Міжнар. наук. конгресу 20–23 вересня 2005 р. Київ, Україна. – К.: Олімпійська література, 2005. – С. 890.
2. Грибан Г. П. Роль рухової активності в житті студентів / Г. П. Грибан, В. М. Романчук, С. В. Романчук // Спортивна наука України. – Львів: ЛДФК, 2014. – № 4. – С. 57–62.
3. Грибан Г. П. Тенденції розвитку методичної системи фізичного виховання в освітній практиці у ХХ столітті / Г. П. Грибан // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: науковий журнал. – Харків, ХОВНОКУ-ХДАДМ. – № 8. – 2012. – С. 30–33.
4. Грибан Г. П. Теоретико-методологічні, соціальні та психолого-педагогічні аспекти духовного розвитку особистості студента в галузі фізичного виховання і спорту / Г. П. Грибан // Наук.-метод. розробки для студ., викл. кафедр фіз. вихов. та тренерів. – Житомир, ДАЕУ, – 2008. – 122 с.
5. Грибан Г. П. Безпека життєдіяльності у фізичній культурі і спорті: навч. посібник / Г. П. Грибан, В. Г. Гамов, В. Р. Зорнік. – Житомир: Вид-во «Рута», 2012. – 536 с.
6. Лубышева Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 10–15.