

ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНОГО ПІДХОДУ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Грибан Григорій

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Анотація:

У статті розкрито технологію формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів у навчальному процесі з фізичного виховання. В основі технології навчання лежить проектування високоефективної навчальної діяльності студентів та управлінської діяльності викладача. Така стратегія впроваджується у принциповій направленості змісту і форм навчального процесу з пріоритетом на особистісно розвиваючі технології навчання. Вона забезпечує гарантоване досягнення проєктованих результатів з дисципліни «Фізичне виховання», а саме: набуття студентами фізкультурно-оздоровчих компетентностей, необхідних в подальшій життєдіяльності. Представлено особливості організації, планування і модернізації методичного забезпечення навчального процесу на основі особистісно орієнтованого вибору рухової активності.

Ключові слова:

фізичне виховання, фізкультурно-оздоровчі компетентності, особистісно орієнтований вибір, студент, технологія.

This article is about the technology of formation of sport and health competencies of the students in the learning process of physical education. At the heart of studying technology is the planning of students' high-performance educational activities and tutor's managerial activities. Such strategy is adopted to principal direction of the content and form of educational process with the priorities to individual development technologies of education. It provides a guaranteed achievement of planned results in the discipline «Physical Education», namely the acquisition by students of sport and health competencies needed in the future life. There are submitted the features of the organization, planning and methodical modernization of the learning process based on a personal selection of the physical activity.

physical education, sports and health competencies, personal selection of the physical activity, student, technology.

В статтю раскрыто технологію формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей в студентів в учебному процесі с физического воспитания. В основу технологи обучения положено проектирование высокоэффективной учебной деятельности студентов и управленческой деятельности преподавателя. Такая стратегия внедряется в принципиальной направленности содержания и форм учебного процесса с приоритетом на личностно развивающие технологии обучения. Она обеспечивает гарантированное достижение проектированных результатов с дисциплины «Физическое воспитание», а именно: приобретение студентами физкультурно-оздоровчих компетентностей, необходимых в дальнейшей жизнедеятельности. Представлено особенности организации, планирования и модернизации методического обеспечения учебного процесса на основе личностно ориентированного выбора двигательной активности.

физическое воспитание, физкультурно-оздоровительные компетентности, личностно ориентированный выбор, студент, технология.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими завданнями дослідження. Реформи, що відбуваються в Україні, торкнулися не тільки сфер соціально-політичної системи і економіки, але й істотно відбилися на реформі системи освіти. Докорінно змінилося соціальне замовлення на фахівців ВНЗ. Зміни, що торкнулися усієї системи вищої освіти в Україні, не обійшли стороною і кафедри фізичного виховання. Цільова спрямова-

ність фізичного виховання, суть якого зводиться до формування фізичної культури особистості студента, вимагає від навчально-виховного процесу відмови від адміністративно-командних методів навчання і виховання, звернення до особистості студента, його інтересів, мотивів і потреб у сфері фізичного вдосконалення. Тому, сучасна система фізичного виховання має потребу у зміні методологічного і методичного підходів до фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів. Перспективним напрямком розв'язання зазначених проблем є впровадження у навчальний процес з фізичного виховання особистісно орієнтованої форми організації фізичного виховання у ВНЗ з урахуванням вільного вибору студентами виду рухової активності (виду фізичної культури чи спорту) та у кінцевому результаті отримання кожним студентом фізкультурно-оздоровчих компетентностей у сфері оздоровчої фізичної культури та «Спорт для всіх».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особистісно орієнтований підхід до процесу фізичного виховання дозволяє сформулювати ключове поняття дослідження «особистісно орієнтоване фізичне виховання» під яким слід розуміти процес цілеспрямованого освоєння ціннісного потенціалу фізичної культури і спорту, ціннісних орієнтацій на фізичне самовдосконалення і здоровий спосіб життя, розвиток рухових навичок і умінь, індивідуального фізкультурно-оздоровчого стилю життя і соціальної активності [1–3].

Серед провідних стимулів зацікавленості студентів у систематичних заняттях одним із видів спорту є: покращання працездатності у навчанні та майбутній професійній діяльності; відпочинок під час навчальної діяльності; струнка фігура та міцна статура; поліпшення власних спортивних результатів та результатів навчання; товаришування і спілкування, напруженість, співпереживання, драматизм під час змагань; випробування й успіх; рішучість і впевненість тощо [4].

При цьому першочерговим завданням педагога є організація процесу навчання студентів, забезпечення позитивних переживань, пов'язаних з радісними відчуттями успіху та визнання їх діяльності. С. У. Гончаренко і П. М. Олійник зазначають, що вилучення з навчання почуття задоволення процесом пізнання і його результатами має значно шкідливіші наслідки для студентів, ніж незнання ними якогось конкретного предмета [5, с. 42].

У наукових працях Г. О. Бала, П. Я. Гальперіна, В. В. Давидова, О. К. Дусавицького, Д. Б. Ельконіна, Г. С. Костюка, С. Д. Максименка, В. В. Репкіна, Н. В. Репкіної, Л. М. Фрідмана, Ю. М. Швалба та інших розкриті конкретні механізми розвитку вищих психічних функцій в умовах навчальної діяльності, сформований принцип єдності навчання і виховання, який забезпечує реалізацію виховної функції через різні форми співпраці в навчальній діяльності. Таким чином, виховання здійснюється не завдяки зовнішнім чинникам, а на основі організованої діяльності – навчальної, фізкультурно-оздоровчої, спортивно-масової, тренувальної, змагальної тощо, у якій першочергову роль відіграють знання і способи виконання рухових дій.

Мотивація студентів до активної участі у навчально-виховному процесі з фізичного виховання та спортивно-масових заходах здійснюється шляхом створення у вищих навчальних закладах умов для вільного вибору студентами виду рухової активності та участі у фізкультурно-оздоровчих заходах за інтересами, переведення студентів-спортсменів на індивідуальний графік занять для гармонійного поєднання здобуття освіти за обраною спеціальністю та занять обраним видом спорту [6]. При цьому, сучасна система фізичного виховання має потребу у зміні методологічного підходу до оздоровлення студентів та вимагає від викладачів здійснювати вірний вибір і реалізовувати ефективний підхід з урахуванням особистісно орієнтованого фізичного виховання [7].

Основним принципом навчання і виховання є принцип їх єдності, який реалізує виховні

функції через різні форми співпраці в навчальній діяльності. Тому фізичне виховання здійснюється не завдяки зовнішнім чинникам, а на основі організованої навчальної діяльності (навчального процесу з фізичного виховання), у якій першочергову роль відіграють соціокультурний чинник та конструктивний діалог і співпраця між викладачем і студентами. Це сприяє досягненню мети освіти, «... вихованню особистості як суб'єкта життєдіяльності, тобто формуванню здібності здійснювати вибір своєї поведінки відповідно до індивідуальних потреб, суспільних обов'язків та можливостей їх реалізації» [8, с. 21].

Аналіз літературних джерел дає підстави стверджувати, що проблема технології формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів суттєво пов'язана із розвитком мотивації, тобто ціннісним ставленням їх до вибору виду рухової активності, що потребує розробки нової технології фізичного виховання.

Мета статті полягає у розкритті технології формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів у процесі навчальної діяльності з фізичного виховання для подальшої життєдіяльності після закінчення вищого навчального закладу.

Результати дослідження та їх обговорення. Проведені нами дослідження підтвердили, що формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів в значній мірі залежить від взаємовідносин «викладач – студент». Вивчення взаємовідносин між студентами і викладачами в процесі фізичного виховання показало, що в основному панують взаємовідносини поваги – 69,3 і 74,8 %, досить часто зустрічаються взаємовідносини панібратства – 12,4 і 14,3 %, пригніченості – 13,1 і 8,6 %, мають також місце випадки загравання – 4,2 і 2,0 % та підлабузнювання – 0,8 і 0,3 %, відповідно (рис. 1).

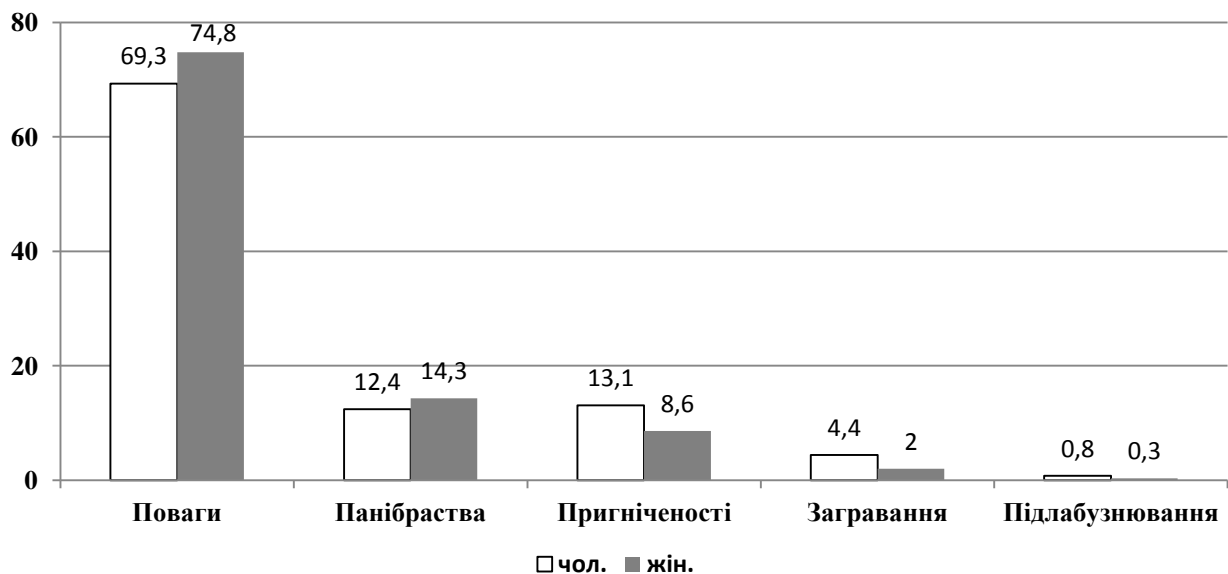


Рис. 1. Оцінка студентами взаємовідносин з викладачем у навчально-виховному процесі з фізичного виховання, % (n = 1323)

Ефективність впливу на студентів в процесі навчальних занять в значній мірі залежить від авторитету викладача, його характерологічних, особистісних і ділових якостей та підготовленості, серед яких найважливішими вважають студенти є: доброта, уважність, професіоналізм, терплячість, справедливість, фізична підготовленість, чесність, витримка, стриманість, дотепність тощо.

Методологічну основу конструювання методичного забезпечення системи фізичного виховання студентів за особистісно орієнтованим вибором рухової активності складають:

системний підхід, концепція фізичного виховання в системі освіти України, загальні принципи формування фізичної культури людини, принципи фізичного виховання, методичні принципи фізичного виховання, принципи побудови занять та засоби фізичного виховання.

На першому етапі (адаптивному, I курс) забезпечується вирішення таких фундаментальних педагогічних завдань: 1) адаптація до навчального процесу (інтенсивної розумової діяльності) у ВНЗ та активізація розумових процесів у студентів засобами фізичного виховання; 2) виховання у студентів стійкого інтересу, мотивів, позитивного ставлення та потреби до рухової (фізичної) активності; 3) підвищення загального рівня фізичної підготовленості, розвиток фізичних здібностей, резервних функціональних можливостей організму, зміцнення здоров'я, сприяння всебічному розвитку; 4) формування знань з дотримання здорового способу життя та залучення до самостійних занять фізичними вправами, проведення активного дозвілля; 5) оволодіння навиками і вміннями безпеки життєдіяльності у сфері фізичної культури та спорту.

На другому етапі (досягнення всебічного розвитку, II курс) забезпечується вирішення таких педагогічних завдань: 1) виховання у студентів соціально значущих якостей; 2) використання різних форм фізичного виховання та опанування оздоровчих програм; 3) оволодіння інноваційними технологіями фізичного виховання; 4) формування професійно-прикладних психофізичних якостей.

На третьому етапі (формування потреби у здоровому способі життя, III–IV курси) забезпечується вирішення таких педагогічних завдань: 1) гармонійний розвиток організму і суттєве підвищення фізичної працездатності; 2) виховання у студентів стійкої потреби у фізичному самовдосконаленні, самопізнанні та самооцінці; 3) визначення системи фізичних вправ або виду спорту для створення обраної системи особистого фізичного вдосконалення; 4) набуття навиків і вмінь проведення самостійного тренувально-оздоровчого заняття; 5) набуття досвіду використання фізкультурно-спортивної діяльності для досягнення професійних і життєвих навичок і якостей; 6) оволодіння методикою організації та проведення спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів з метою досягнення фізкультурно-оздоровчих компетентностей.

Алгоритм технології проектування методичного забезпечення дисципліни «Фізичне виховання» має бути таким: 1) визначення мети проектування і рівнів оволодіння навчальним змістом дисципліни; 2) визначення комплексу педагогічних чинників і умов, які впливають на досягнення мети; 3) розробка структури планування і проведення навчальних занять (моделювання); 4) розробка варіантів досягнення мети (прогнозування); 5) розробка змісту контролю та оцінювання опанування навчальної дисципліни.

Проектування технології навчального процесу у фізичному вихованні, виходячи із формування змісту методичного забезпечення, можна подати таким чином (рис. 2). При цьому методичне забезпечення передбачає наявність зворотного зв'язку між кінцевим результатом навчальної діяльності і кожним проміжним етапом технології навчання. Це дозволяє оперативно і своєчасно управляти і коректувати навчальний процес. Саме завдяки системному підходу педагогічний процес у фізичному вихованні, з усією його своєрідністю і неповторністю, розглядається як цілісність, що складається із взаємопов'язаних структурних компонентів і підпорядковується загальному закону організаційної побудови функціонування систем.

Під час конструювання систем завдань, які були направлені на підвищення рівня рухової активності студентів у процесі самостійних занять, ми виходили з того, що кожна така система має бути націлена на формування знань, умінь і навиків фізкультурно-оздоровчої діяльності, підвищення функціональних можливостей організму, набуття навиків і компетентностей організації і проведення самостійних занять фізичними вправами і видами спорту,

залучення якомога більшої частини студентської молоді до рухової активності.

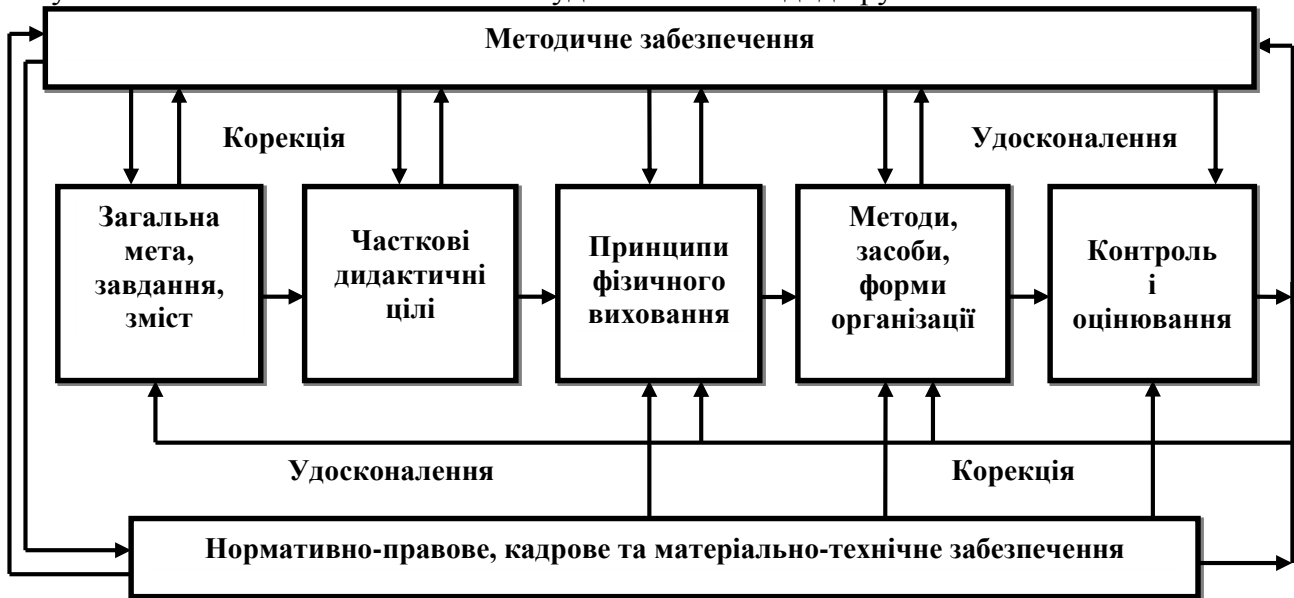


Рис. 2. Технологія навчального процесу з фізичного виховання

Відбір змісту навчального матеріалу не може обмежуватися лише матеріалом, який спрямований на забезпечення студентів теоретичними знаннями і практичними навиками й уміннями. Відповідно до професійно-діяльнісного і професійно-особистісного підходів до навчання студентів зміст навчального процесу з фізичного виховання має включати певні види методичної діяльності: вміння провести комплекс ранкової гігієнічної гімнастики, вміння організувати і провести у трудовому колективі виробничу гімнастику (ввідна гімнастика, фізкультхвилинки), організувати і провести спортивно-масові заходи, суддівство спортивних замахань, підготувати й організувати туристичний похід тощо. Тому наявність у студентів фізкультурно-оздоровчих компетентностей складає їх практичний аспект методичної підготовленості.

Засобом формування методичних компетентностей у студентів виступають навчально-методичні завдання, які доповнюють теоретичні відомості та збагачують практичний розділ фізичного виховання. Навчально-методичні завдання відрізняються від навчальних завдань складом навчально-методичних дій, у ході розв'язання яких, студент оволодіває певними вміннями і навиками. У процесі вирішення навчально-методичних завдань активізуються психолого-педагогічні і спеціальні знання студентів, розвивається методичне мислення, змінюється зв'язок теорії фізичного виховання з практичною діяльністю.

Технологія особистісно орієнтованої фізкультурно-оздоровчої освіти направлена на вирішення тріади цілей навчання (освіта, розвиток, виховання), які впливають із загальної дидактики, але розкривається особливостями фізичного виховання. Особливість та складність реалізації методики викладання фізичного виховання за особистісно орієнтованим вибором рухової активності студентів виявляються в тому, що сучасна програма не відповідає рівню розвитку зарубіжних фізкультурно-оздоровчих технологій, а зміст фізичного виховання, навчальні посібники базуються на старих методиках фізичного виховання студентів. Тому впровадження нових фітнес-програм пов'язане не тільки з опублікуванням методичних рекомендацій чи посібників, а й з відповідною підготовкою викладацького складу, придбанням ВНЗ інвентарю та обладнання. У зв'язку з цим існує потреба постійно узгоджувати та вдосконалювати зміст навчального процесу з фізичного виховання, враховуючи досягнення у розвитку фізкультурно-оздоровчих технологій, та розширювати і покращувати мате-

I. Науковий напрям

ріально-технічне забезпечення навчального процесу. При цьому методичне забезпечення фізичного виховання має сприяти розв'язанню традиційної тріади питань: 1) навіщо студенту фізичне виховання? (мета фізичного виховання); 2) чим слід займатися? (зміст фізичного виховання); 3) як треба навчати фізичного виховання? (засоби, методи, організаційні форми). Визначення змісту фізичного виховання здійснюється шляхом відбору і є розвиваючою системою, яка здійснюється через діяльність викладача і студента та становить собою технологію фізкультурно-оздоровчої освіти (рис. 3).

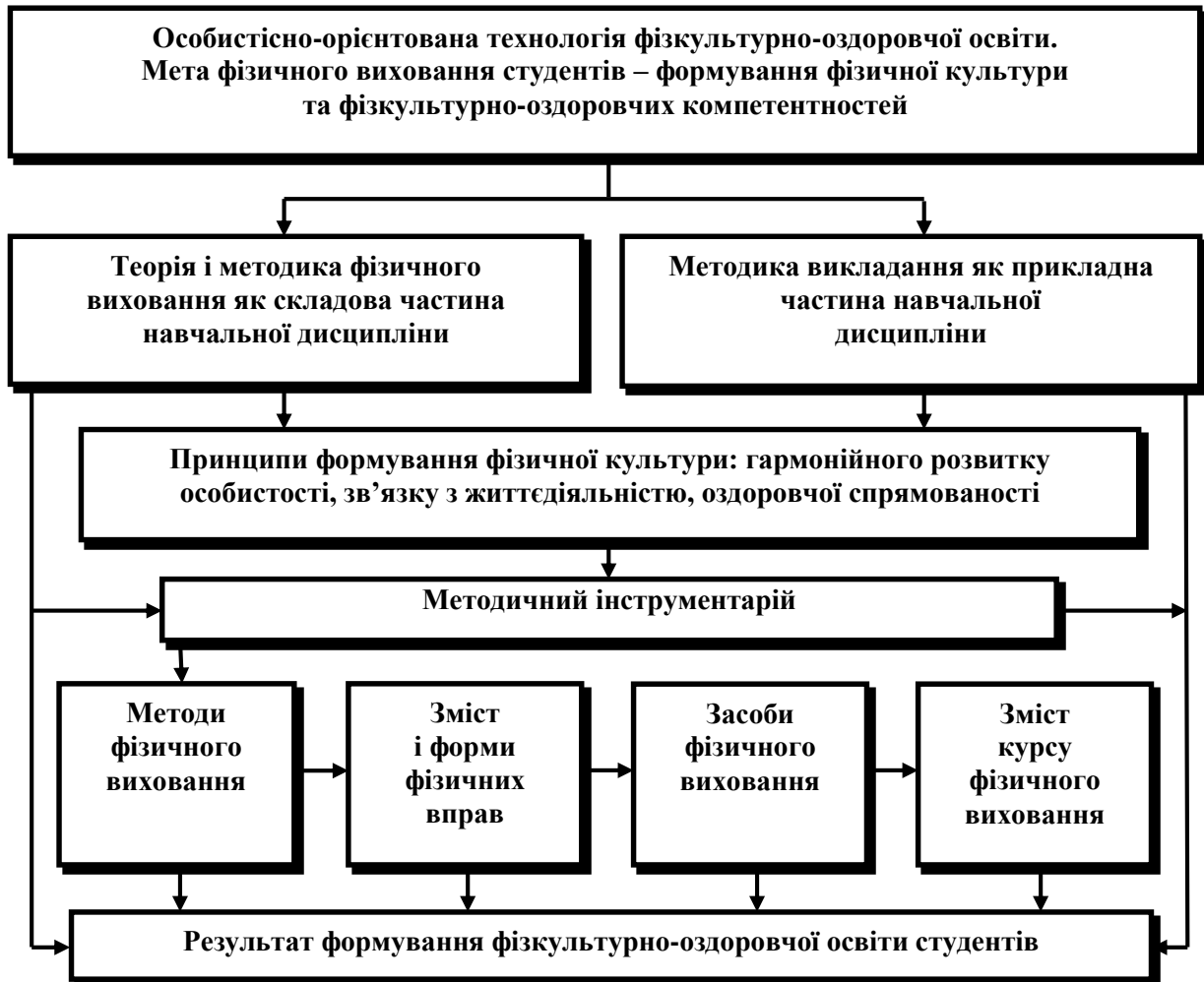


Рис. 3. Технологія особистісно орієнтованої фізкультурно-оздоровчої освіти

Згідно з діяльнісною теорією навчально-виховний та фізкультурно-оздоровчий процес на кафедрі фізичного виховання здійснювався відповідно до основних компонентів цілісної людської діяльності, за О. М. Леонтьєвим: *потреби – мотиви – завдання – дії – операції*. В основу системи фізкультурно-оздоровчої діяльності було покладено ідею саморозвитку особистості студента у фізичному вихованні (рис. 4).

Основа *мотиваційного компонента* фізкультурно-оздоровчої діяльності становить система особистісних цінностей, що пов'язана з процесом самооздоровлення, саморозвитку, самовдосконалення тілобудови в різновидах рухової активності та прагнення до здорового способу життя.

Проектуальний компонент репрезентує постановку завдань та вибір підходу до розгортання навчально-оздоровчої діяльності студентів. Основною метою цього компонента є

I. Науковий напрям

принципи побудови занять у процесі фізичного виховання, які відображають специфічні закономірності навчального процесу (безперервності, прогресування тренуючих дій, циклічності та адекватності впливу).

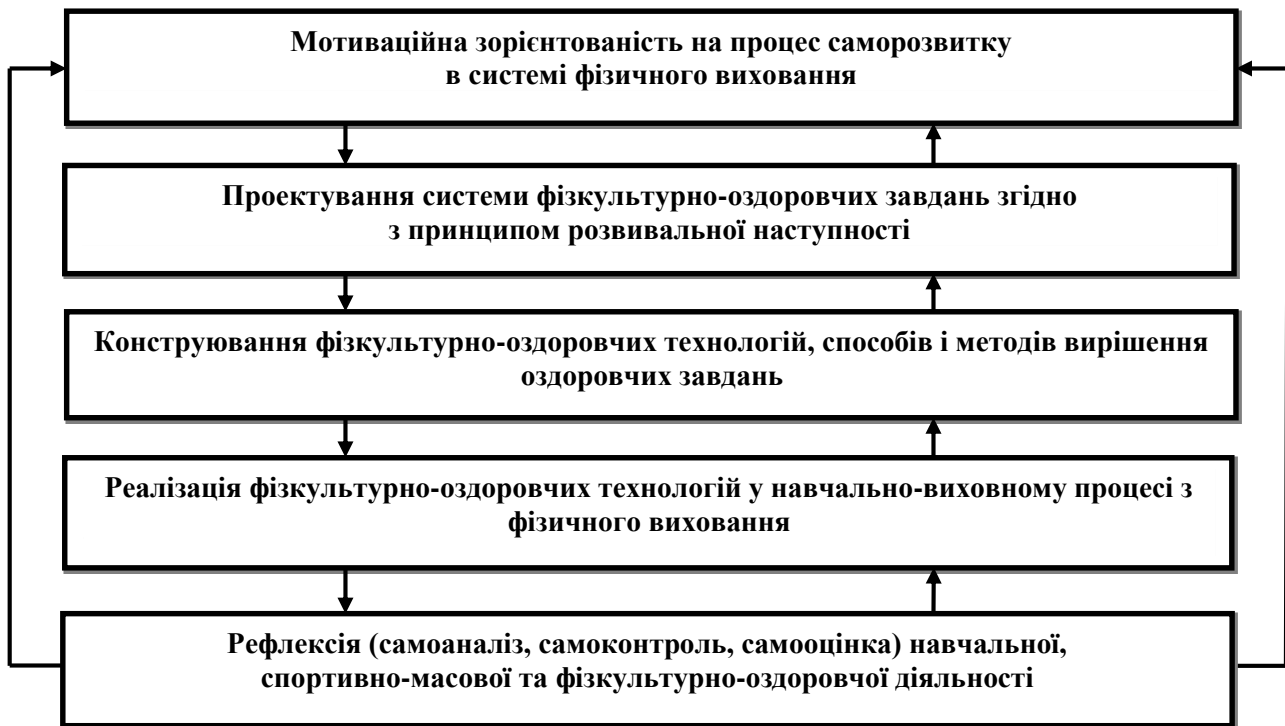


Рис. 4. Система конструювання фізкультурно-оздоровчої діяльності у фізичному вихованні студентів

Конструктивний компонент передбачає побудову навчально-оздоровчих моделей, технологій, способів і методів вирішення завдань, передбачених системою фізичного виховання. Дуже важливою умовою виконання цього компонента є відповідність засобів і технологій рівню підготовленості студентів.

Реалізаційний компонент упроваджує новостворену фізкультурно-оздоровчу модель у процес розв'язання поставлених завдань у фізичному вихованні, передбачає виконання системи рухових дій.

Рефлексивний компонент пов'язується з осмисленням набутого навчального й оздоровчого досвіду, обґрунтуванням особистісної позиції щодо власних дій, самоаналізу процесу спортивного самовдосконалення, самоконтролю та самооцінки виконаної фізкультурно-оздоровчої роботи.

Висновки. В основі технології формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів має бути чітка система фізичного виховання, яка передбачає: 1) цілісне відображення у змісті навчання завдань формування всебічно розвиненої особистості майбутнього фахівця; 2) високий науковий, методичний і практичний рівень змісту навчальних занять; 3) відповідність складності змісту навчального процесу реальним можливостям студента: стану здоров'я, рівню фізичного розвитку і фізичної підготовленості, наявності умінь і навичок щодо виконання вправ тощо; 4) відповідність обсягу змісту навчального матеріалу відведеному часу для його засвоєння або виконання; 5) відповідність змісту навчального матеріалу матеріально-технічній базі ВНЗ та наявності фахівців даного профілю.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на вивчення досвіду зарубіжних ВНЗ щодо організаційних, методичних і наукових аспектів фізкультурно-оздоровчої і спортивної

роботи серед студентської молоді.

Список використаних літературних джерел

1. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів : монографія / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009. – 593 с.
2. Грибан Г. П. Методична система фізичного виховання студентів : навч. посіб. / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2014. – 306 с.
3. Грибан Г. П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів : монографія / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2012. – 514 с.
4. Огністий А. В. Студентський спорт в умовах Болонської декларації – проблеми та перспективи / А. В. Огністий, О. В. Бірюков // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. журнал. – 2009. – № 12. – С. 132–136.
5. Гончаренко С. У. Методика навчання і наукових досліджень у вищій школі : навч. посіб. / С. У. Гончаренко, П. М. Олійник, В. К. Федорченко [та ін.] / за ред. С. У. Гончаренка, П. М. Олійника. – К. : Вища шк., 2003. – 324 с.
6. Мосійчук Л. В. Визначення змісту та структури предмета «Фізичне виховання» у вищих педагогічних навчальних закладах відповідно до кредитно-модульної системи підготовки фахівців / Л. В. Мосійчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2006. – № 12. – С. 117–120.
7. Криличенко О. В. Стан і перспективи розвитку системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах України / О. В. Криличенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. журнал. – 2011. – № 7. – С. 45–49.
8. Дусавицкий А. К. Педагогическая деятельность в развивающем образовании. Восхождение личности : учеб. пособ. / А. К. Дусавицкий, О. Н. Погребняк. – Харьков : Изд. центр Харьковского нац. ун-та им. В.Н. Каразина, 2006. – 200 с.