

6. Сейфулла Р.Д. Лекарства и БАДы в спорте: практическое руководство для спортивных врачей, тренеров и спортсменов. Москва, 2003. 320 с.

References:

1. Denysenko Yu. P. (2005). Mekhanyzmy srochnoi adaptatsyi sportsmenov k vozdeistviu fizicheskikh nagruzok. [Mechanisms for urgent adaptation of athletes to the effects of physical activity]. Teoriya i praktyka fizicheskoi kultury – Theory and practice of physical education, 3, 14–18. [In Russian].
2. Mak-Dugall Dzh., Ujenger G. Ye., Gryn G.Dzh. (1998). Fyziologicheskoe testyrovanye sportsmena vysokogo klassa. [Physiological testing of a high-class athlete]. Kiev. [In Ukrainian].
3. Myshchenko V.S. (1990). Funktsionalnye vozmozhnosti sportsmenov. [Athletes Functionality]. Kiev. [In Ukrainian].
4. Savchenko V.A., Byriukov A.A. (1998). O probleme vosstanovleniya rabotosposobnosti v sporte. [On the issue of recovery in sports]. Teoriya i praktyka fizicheskoi kultury – Theory and practice of physical education, 5, 39–42. [In Russian].
5. Sarubyn Ye. Popukhiarnye pyshchevye dobavky. Spravochnyk po rasprostranennym pyshchevym dobavkam. (2005). [Popular nutritional supplements. Common Food Supplement Guide]. Kiev. [In Ukrainian].
6. Seifulla R.D. Lekarstva i BADy v sporte: praktycheskoe rukovodstvo dlia sportyvnykh vrachei, trenerov i sportsmenov. (2003). [Medicines and dietary supplements in sports: a practical guide for sports doctors, trainers and athletes]. Moscow. [In Russian].

УДК: 378.4.147.016:796

Сичов Сергій Олександрович
доктор педагогічних наук професор кафедри біобезпеки і здоров'я людини
Національний технічний університет України
«КПІ» ім. Ігоря Сікорського, Київ, Україна
Сиротинська Олена Каленівна
старший викладач кафедри фізичного виховання
Національний технічний університет України
«КПІ» ім. Ігоря Сікорського, Київ, Україна

ВПРОВАДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС

У статті розглянута проблема впровадження особистісно орієнтованого фізичного виховання студентської молоді у навчальний процес. Проведено аналіз наукової та методичної літератури щодо виховання фізичної культури, формування цінностей здорового життя студентської молоді та впровадження у навчальний процес з фізичного виховання особистісно орієнтованого навчання. Виявлені загальні тенденції і умови впровадження особистісно орієнтованих педагогічних технологій у практику засобами фізичного виховання в контексті глибокого усвідомлення та розуміння важливості проблеми формування навичок здорового способу життя. Доведена необхідність розробки та впровадження у навчальний процес з фізичного виховання особистісно орієнтованого навчання, створення нових моделей формування фізичної культури студентів.

Ключові слова: особистісно орієнтоване навчання, педагогічні технології, навчальний процес, студенти, фізичне виховання, фізична культура, здоровий спосіб життя.

Сычев С.А., Сиротинская Е.К. Внедрение личностно ориентированного физического воспитания студенческой молодежи в учебный процесс. Проведен анализ научной и методической литературы по воспитанию физической культуры, формированию ценностей здоровой жизни студенческой молодежи и внедрения в учебный процесс по физическому воспитанию личностно ориентированного обучения. Определены общие тенденции и условия внедрения личностно ориентированных педагогических технологий в практику средствами физического воспитания в контексте глубокого осознания и понимания важности проблемы формирования навыков здорового образа жизни. Показана необходимость разработки и внедрения в учебный процесс с физического воспитания личностно ориентированного обучения, создание новых моделей формирования физической культуры студентов.

Ключевые слова: личностно ориентированное обучение, педагогические технологии, учебный процесс, студенты, физическое воспитание, физическая культура, здоровый образ жизни.

Sychov Sergiy Alexandrovich, Syrotynska Olena Kalenivna. Introduction personally oriented physical education of student youth into the educational process. The article deals with the problem of introducing personally oriented physical education of student youth into the educational process. An analysis of the scientific and methodological literature concerning the education of physical culture, the formation of values of healthy life of student youth and the introduction into the educational process of physical education of personally oriented learning was performed.

The general tendencies and conditions of introduction of personally oriented pedagogical technologies into practice by means of physical education are revealed. Within the framework of personally oriented technologies, the humanities, the technology of cooperation and the technology of free education of students have been selected as independent directions. Thus, humanitarian-personal technology is distinguished by its humanistic essence, psychotherapeutic orientation to support the individual. Free

education technology emphasizes giving the student freedom of choice within the institution.

Collaboration technology implements democracy, equality, partnership in teacher-student relationships. The necessity of development and introduction into the educational process of physical education of personally oriented learning, creation of new models of formation of physical culture of students is proved.

Key words: personally oriented learning, pedagogical technologies, educational process, students, physical education, physical culture, healthy lifestyle.

Постановка проблеми. Молодь є специфічною соціально-демографічною групою, яка посідає особливе місце в соціальній структурі суспільства та відіграє значну роль у громадсько-політичному житті держави. В умовах соціально-економічної кризи молодь стала однією з найбільш вразливих категорій. Проте, враховуючи об'єктивні психологічні особливості, що притаманні молоді, вона має найбільшу соціальну, професійну та життєву перспективу, необхідну в умовах виходу з кризового стану.

Сьогодні зростає поширеність та захворюваність соціально обумовлених хвороб – наркоманії, туберкульозу, алкоголічних психозів, ВІЛ-інфекції тощо. Найбільш уразливою є молодь, так за останні 10 років загальна захворюваність молоді зросла у 2,8 разу, частка хворих на наркоманію серед неповнолітніх збільшилася у 6-8 разів. Смертність серед осіб цієї групи зросла у 40 разів [3].

Студентство є особливою категорією молоді, саме ця частина молоді є потужним фундаментом соціально-економічного та духовного розвитку держави. Для України актуальним залишається питання формування здорового способу життя студентів. Збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді – один з пріоритетних завдань, що стоять сьогодні перед вищими навчальними закладами України. Рішення даного завдання вимагає розробки і впровадження системних інноваційних перетворень, створення нових моделей формування фізичної культури на принципах особистісно орієнтованого виховання студентської молоді. Впровадження сучасних інноваційних педагогічних технологій у навчально-виховний процес вищих навчальних закладів стає пріоритетним завданням державної політики розвитку освіти в Україні. Орієнтиром змісту освіти стає праця на особистість, а формування культури її життєдіяльності – найважливішою метою особистісно орієнтованих систем і технологій.

Таким чином, питання пошуку раціональних підходів фізичного виховання з метою оптимізації процесу навчання, оздоровлення молодого покоління, які б забезпечували відновлення та підвищення фізичної та розумової праці спроможності в умовах діяльності вищих навчальних закладів, на сьогодні є вкрай актуальними.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукові основи розв'язання загальних проблем особистісно орієнтованого виховання молоді достатньою мірою висвітлюються в працях Ю.Л.Азарова, І.Д.Беха, С.І.Бєлих, А.М.Бойко, М.Д.Зубалія, В.І.Лозової, М.О.Носко, М.І.Сметанського, С.О.Сичова, Г.В.Троцько та інших сучасних науковців. Узагальнення їх творчого добутку дозволило дійти до висновку, що дослідження 80-90 років минулого століття ґрунтуються на узагальнених підходах до виховання без урахування особливостей кожної особистості, а сучасні базуються переважно на функціональному вивченні окремих складових поведінки молодого покоління, що не дозволяє забезпечити цілісності підходу й зменшує результативність виховання.

Впровадження сучасних освітніх технологій потребують проведення системного аналізу розвитку особистості через результати навчання, що відображаються в діях студентів, усвідомлюються ними, приймаються, визначаються та перевіряються. Впровадження особистісно орієнтованих освітніх технологій – це фундаментальна комплексна проблема, що вимагає визначення змісту освіти, вдосконалення міжпредметних зв'язків, потребує міждисциплінарного дослідження [2]. Тому необхідно розробляти та впроваджувати у навчальний процес нові методики, створювати нові моделі формування фізичної культури студентів. Необхідно усвідомити, що динамізм об'єктивно зумовлює змінність як надзвичайно важливу рису способу життя молоді людини. Нажаль, дослідження з цієї проблеми ще не набули наукової завершеності, що пояснюється її складністю, відмінністю вихідних позицій у дослідників.

Метою статті є дослідження можливостей та основних напрямів використання інноваційних технологій в особистісно орієнтованому фізичному вихованні студентської молоді з метою підвищення ресурсів здоров'я нації та утвердження здорового духу національної гідності.

Методи дослідження – аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури українських і закордонних фахівців.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблема особистісно орієнтованого фізичного виховання студентської молоді як фактора збереження здоров'я представляється в даний час актуальною і значущою. Її затребуваність визначається першорядною важливістю збереження здоров'я людини. Україна має найнижчий рівень тривалості життя в Європі, зокрема у чоловіків 67 років, у жінок 75 років. Серед головних причин надмірної смертності чоловіків працездатного віку – дуже толерантне ставлення суспільства до пияцтва, паління, неправильного харчування, поєднаного із неналежним фізичним навантаженням, нездійснення профілактичних заходів та поганими умовами безпеки на робочому місці.

Досить цікавим досвідом впровадження програм із формування здорової особистості у вищих навчальних закладах є система фізичного виховання студентів у США, де не лише активно пропагандується активний спосіб життя, але і держава і освітні заклади, зокрема університети, велику увагу приділяють як розвитку фізичної культури і спорту, так і створенню ідеальних умов для занять. Основними чинниками такої тенденції є і перебудова організаційної структури, зміни форм і методів викладання навчальних програм з метою залучення основної маси студентів до факультативних і самостійних занять, поширення масового спорту (інтрамюларс) і рекреації; можливість отримання додаткових залікових балів в диплом; розширення і вдосконалення спортивної бази, будівництво нових спортивних споруд, що дозволило перебудувати

навчальну і спортивну базу та забезпечити одночасне заняття різними видами спорту великої кількості студентів; можливість здобуття спортивної стипендії; активна позиція засобів масової інформації [5].

Виховання молоді в сучасному українському суспільстві здійснюється в умовах економічного й політичного реформування, у ході якого істотно змінилося соціокультурне життя підрастаючого покоління, принципи функціонування освітніх установ, засобів масової інформації, дитячих і молодіжних організацій.

Як зазначалося вітчизняними науковцями метою фізичного виховання студентської молоді є перш за все формування здорової особистості. Мова йде про використання інноваційних технологій в особистісно орієнтованому навчанні як чинника збереження здоров'я студентів. У рамках особистісно орієнтованих технологій самостійними напрямками можливо виділити гуманно-особистісні технології, технології співпраці та технології вільного виховання.

Гуманно-особистісні технології відрізняються, перш за все, своєю гуманістичною сутністю, психотерапевтичною спрямованістю на підтримку особистості. Вони «ісповідають» ідеї всебічної поваги до студента, оптимістичну віру в його творчі сили, виключають будь-які прояви примусу.

Технології співпраці реалізують демократизм, рівність, партнерство у відносинах викладача і студента. Викладач і студенти спільно виробляють мету, зміст, дають оцінки, перебуваючи в стані співробітництва, співтворчості.

Технології вільного виховання роблять акцент на наданні студенту свободу вибору і самостійності в більшій чи меншій сфері його функціонування в рамках вищого навчального закладу. Здійснюючи вибір, студент найкращим способом реалізує позицію суб'єкта, йдучи до результату від внутрішнього спонукання, а не від зовнішнього впливу [1, 4].

Фізичне виховання завжди було одним із основних засобів підготовки людини до трудової діяльності і пристосування до соціального середовища. На думку науковців, саме фізичне виховання та спорт мають значний потенціал, який необхідно використовувати повною мірою як найбільш результативний важіль морального та фізичного оздоровлення.

Основними складовими навчального процесу є мета й завдання, форми і методи, що впливають на процес передачі й засвоєння знань, умінь і навичок, чітко злагоджена робота викладачів по використанню прогресивних методів навчання. Удосконалення системи контролю й корекції, оцінка рівня фізичної культури студентів, облік їх соціально-демографічних характеристик, індивідуальних особливостей та інтересів дозволяють трансформувати навчальну діяльність, зробивши її більш керованою та ефективною. Це вказує на те, що технологізація навчального процесу вимагає розробки концепції формування особистості сучасного фахівця; розробки і впровадження у практику активних методів навчання; розробки дидактичних підходів до підвищення ефективності самостійної роботи студентів; розробки методик контролю навчального процесу [4,5].

В особистісно орієнтованому навчанні фундаментом педагогічної технології є взаєморозуміння і діалог. Проектуючи педагогічну діяльність, викладач має будувати свою діяльність так, щоб показувати, розповідати й питати могли самі студенти, а викладач більш слухав, тобто студенти мають бути весь час активними, тоді процес навчання, безсумнівно виграє [2].

Хоча характерною особливістю процесу формування фізичної культури студента є вплив вихователя на розвиток вихованця, спостерігається й зворотна взаємодія. Якщо викладач фізичної культури трактує виховання як однобічний процес, у ході якого джерелом будь-яких видів активності є він сам, то така позиція певним чином вплине на здійснення поставленої мети. Викладач фізичної культури, що спирається на такого роду «закрити концепцію викладання», керується винятково діловою стороною питання без врахування інтересів студентів.

Протилежна точка зору пов'язана з «відкритою концепцією викладання». Організований на її основі навчальний процес ураховує інтереси студентів, не втискаючи їхнє поведіння в рамки заздалегідь установлених життєвих шаблонів і схем.

У зв'язку з цим визначається необхідність професійної готовності педагогічних кадрів сучасних освітніх установ до здійснення особистісно орієнтованого навчання, спрямованого на виховання в суспільстві почуття відповідальності за здоров'я та безпеку нації, за своє особисте здоров'я та формування стереотипів моральної поведінки.

Однією з проблем фізичного виховання студентів є зниження в них мотивації до занять фізичною культурою та спортом. Становище загострюється через постійно зростаючу популярність у молодіжному середовищі привабливих видів не фізичної діяльності: ігрові автомати, комп'ютерні ігри тощо.

За даними опитування студентів I-II курсів Національного технічного університету України «КПІ» ім. Ігоря Сікорського, головними мотивами занять студентів фізичною культурою і спортом є такі: бажання поліпшити свою фізичну форму (63%), оволодіти необхідними для життя і трудової діяльності якостями (14%). Найважливішою функцією фізичної культури і спорту вважається зміцнення здоров'я (78%), розвиток позитивних рис характеру (18%). У вільний від навчання час студенти чоловічої статі надають перевагу спортивній діяльності (59%), тоді як дівчата обирають культурні розваги (68%).

Методологія фізичного виховання студентської молоді не завжди дозволяє повною мірою виконувати поставлені перед нею завдання. Це також стосується і недостатньо розроблених аспектів здоров'язберігаючих технологій у фізичному вихованні студентів тому, що повинно забезпечити студентам рухову активність не менш 8-10 годин на тиждень.

Впроваджуючи у навчальний процес нові моделі фізичного виховання, на нашу думку, необхідно передбачити можливість широкого вибору особистісно орієнтованих систем та технологій, форм роботи, що відповідають запитам кожного студента; нові системи методичного забезпечення навчання за індивідуальними програмами з акцентуванням на самостійну роботу студентів. Перед педагогічною наукою стоять завдання наукового обґрунтування таких технологій та шляхів їхньої реалізації.

Методологія побудови інноваційної технології особистісно орієнтованого фізичного виховання включає не тільки розвиток нових підходів до розвитку фізичного потенціалу студентів засобами спорту, але й взаємодію фізичного,

спортивного, культурного й духовного компонентів. Особливо відзначається необхідність тих аспектів фізичної підготовки, які формують особистісну культуру. Зокрема, мова йде про виховання бійцівського характеру, високих якостей спортивного лицарства і шляхетності, високу культуру тренування, відновлення, самоконтролю, а також формування зібраності, організованості й звязаності в досягненні поставлених цілей.

Висновки. Таким чином, особистісно орієнтована освіта це освіта, яка передбачає необхідність диференціації навчального процесу, орієнтації на особистість студента, інтелектуальний і моральний розвиток цілісної особистості, а не окремих якостей. Всіх дослідників у даній області об'єднує прагнення враховувати при організації особистісно орієнтованого навчання індивідуальні особливості кожного студента, приділяти особливу увагу здоров'ю на «кризових етапах навчання», більш гнучко будувати навчальний процес.

Література

1. Анікеєв Д.М. Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді / Д.М.Анікеєв // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. № 2 – С. 6-9.
2. Бех І.Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості Т. 1 / І.Д.Бех – Чернівці: Букрек, 2015. – 840 с.
3. Доклад о человеческом развитии 2011. Устойчивое развитие и равенства возможностей: лучшее будущее для всех. / Пер. с англ.; ПРООН. – М.: Из-во «Весь мир», – 2011. – 188 с.
4. Сичов С.О. Прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури: теоретико-методичні засади: монографія / С.О.Сичов. – К.: НТУУ «КПІ», 2010. – 436 с.
5. Сичов С.О. Фізичне виховання - як дієвий фактор залучення студентської молоді до цінностей фізичної культури / С.О.Сичов, О.К.Сиротинська // Збірник наукових праць «Актуальные научные исследования в современном мире», Переяслав-Хмельницький, Вип. 12 (44) частина 2, 2018. – С. 35-38.

References

1. Anikyeyev D.M. Problemi formuvannya zdorovogo sposobu zhittya studentskoyi molodi / D.M.Anikyeyev // Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovannya i sportu. – 2009. № 2 – S. 6-9.
2. Beh I.D. Vibrani naukovi praci. Vihovannya osobistosti T. 1 / I.D.Beh – Chernivci: Bukrek, 2015. – 840 s.
3. Doklad o chelovecheskom razvitii 2011. Ustojchivoe razvitie i ravenstva vozmozhnoстей: luchshee budushee dlya vseh. / Per. s angl.; PROON. – M.: Iz-vo «Ves mir», – 2011. – 188 s.
4. Sichov S.O. Priluchennya studentskoyi molodi do cinnostej fizichnoyi kulturi: teoretiko-metodichni zasadi: monografiya / S.O.Sichov. – K.: NTUU «KPI», 2010. – 436 s.
5. Sichov S.O. Fizichne vihovannya - yak diyevij faktor zaluchennya studentskoyi molodi do cinnostej fizichnoyi kulturi / S.O.Sichov, O.K.Sirotinska // Zbirnik naukovih prac «Aktualnye nauchnye issledovaniya v sovremennom mire», Pereyaslav-Hmelnickij, Vip. 12 (44) chastina 2, 2018. – S. 35-38.

УДК 3.76.3:796.012. 063.853.27

Скрипка І. М.
к.ф.в. і спорту, доцент кафедри ТМС,
Чхайло М. Б.

доцент кафедри ТМС, Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка, м.Суми

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ БОРТЬБИ ДЗЮДО В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ СПЕЦІАЛЬНИХ ШКОЛАХ-ІНТЕРНАТАХ ДЛЯ ДІТЕЙ З ВАДАМИ СЛУХУ

В статті підтверджено необхідність запровадження новітніх технологій, оновлення змісту та удосконалення системи освіти, впровадження нових форм і методів навчання та виховання у спеціальні загальноосвітні навчальні заклади (школи-інтернат). Встановили, що розробка змісту додаткових секційних занять в умовах шкіл-інтернатів для дітей з особливими потребами, а також включення таких дітей у загальну діяльність спільно з їх здоровими однолітками забезпечить розвиток їх рухових якостей, активізацію уваги та інтересу і сприятиме формуванню природних покомодій.

Визначено, що заняття дзюдо окрім суто спортивної складової спрямовані на зміцнення здоров'я, корекції психомоторної сфери учнів, формування в них мотивації до занять фізичними вправами з метою гармонійного формування особистості. Але застосування елементів дзюдо у фізичному вихованні глухих та слабочуючих дітей фактично не представлено для наукового загалу. В результаті дослідження встановили необхідність застосування засобів дзюдо у процесі фізичного виховання дітей з вадами слуху.

Ключові слова: дзюдо; діти з вадами слуху; здоров'я; фізична підготовленість; рухова активність.

Скрипка І.Н., Чхайло Н. Б. Особенности использования средств борьбы дзюдо в общеобразовательных специальных школах-интернатах для слабослышающих детей. В статье подтверждена необходимость внедрения новейших технологий, обновления содержания и совершенствования системы образования, внедрение новых форм и методов обучения и воспитания в специальные общеобразовательные учебные заведения (школы-интернаты). Установили, что разработка содержания дополнительных секционных занятий в условиях школ-интернатов для детей с особыми потребностями, а также включение таких детей в общую деятельность совместно с их здоровыми сверстниками, обеспечит развитие их двигательных качеств, активизацию внимания, интереса и будут