

19 років, які здійснюють навчання у педагогічному університеті в умовах основної медичної групи.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л. Книга о здоровье / Г.Л. Апанасенко. – К.: Медкнига, 2007. – 132 с.
2. Волков В. Л. Развитие физических способностей студентов в системе физической подготовки: монография / В. Л. Волков. – К.: Освіта України, 2011. – 420 с.
3. Горбуля В. О. Стан здоров'я, фізичної підготовленості та мотивації до занять фізичним вихованням студентів ЗНУ / В. О. Горбуля, В. Б. Горбуля // Педагогіка, психологія та медико-педагогічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х.: ХДАДМ (ХХПІ), 2005 – №24. – С. 47-51.
4. Раевский Р. Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский / под общ. ред. Р. Т. Раевского. – К.: Наука и техника, 2008. – 556 с. – (научно-популярное издание).
5. Тимошенко О. В. Оптимізація професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури: монографія / О. В. Тимошенко. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. – 421 с.
6. Buskirk E.R. Age and aerobic power. – The rate of change in men and women / E.R. Buskirk, J.L. Hodgson // Federation Proceedings, 1987. – #46. – P. 1824-1829.
7. Morgan V.P. Physical activity, fitness and depression / V.P. Morgan // Physical activity, fitness and health / C. Bouchard, R.J. Shephard, N. Stephens. – Champaign: Human Kinetics, 1994. – P. 851-867.
8. Prentice W. E. Fitness for college life / W. E. Prentice. – 5<sup>th</sup> ed. – Boston, 1997. – 393 p.
9. Toshio Seaki. The characteristics of sociological research on sport organization in Japan / Seaki Toshio // International review for the sociology of sport, 1999. – Vol. 25. – #25. – P. 109-123.
10. Zebrowski P. T. Symbol of symmetrical development: the reception of the YMCA in Poland / P.T. Zebrowski // The international journal of the history of sport, 1997. – Vol. 8. – #1. – P. 96-110.

УДК 37.013.2

Кузенков Е. О.

Аспирант института физического воспитания и спорта  
НПУ имени М.П. Драгоманова

#### ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

*Проанализирована научно – методическая литература по данному вопросу. Современная концепция оптимизации организации физического воспитания в высших учебных заведениях предусматривает широкую разъяснительную работу среди молодежи.*

**Ключевые слова:** организация физического воспитания, физическая культура, развитие физических качеств, здоровый образ жизни.

**Кузенков Е.О. Організація фізичного виховання у вищих навчальних закладах технічного напрямку на сучасному етапі розвитку суспільства**

*Проаналізовано науково - методична література з даного питання. Сучасна концепція оптимізації організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах передбачає широку роз'яснювальну роботу серед молоді.*

**Ключові слова:** організація фізичного виховання, фізична культура, розвиток фізичних якостей, здоровий спосіб життя.

**Kuzenkov E. The organization of physical education in higher educational technical establishments at modern stage of society development.**

*At state papers of the recent years about a development of physical culture it is noted that this culture to be considered as essential sort of society culture as well as a means of bringing up all – round developed person of a specialist. An orientation to increasing level of forming physical culture becomes deeper contradictions between objective needs of developing physical culture with orientation to new social and pedagogical paradigm of preparation of specialists and real state of physical culture development at the process of physical bringing up of students.*

*At the law of Ukraine "About physical culture and sport" it is noted that " basic tasks of physical culture and sport are constant increasing level of health, physical and mental development of a population; promoting to economic and social progress of society as well as confirmation of international authority of Ukraine at world partnership". But a situation with a level of health and physical development is not good. School normatives which are very necessary for control of development of physical qualities of a student are decreased. A volume of educational load has an important role; recently this load increases greatly that leads to hypodynamy and this at it's turn leads to various diseases (G. Apanasenko, A. Dubogay, T. Kruzevich etcetera). That is why at present the one of the main tasks is not to decrease indicators of a development of physical qualities and a present level of student's health; for this we can use various possibilities such as interesting youth new kinds of sport; stimulation grants; conducting talks about healthy mode of life; conducting numerous quantity of youth and family competitions or simply doing more accessible sport equipment as well as sports children's grounds.*

**Key words:** organization physical education, physical culture, development physical qualities, healthy lifestyle.

**Актуальность** В государственных документах последних лет о развитии физической культуры отмечается, что она должна рассматриваться как сущностный вид культуры общества, как средство воспитания всесторонне развитой личности специалиста. Ориентация на повышение уровня сформированности физической культуры углубляет противоречия между объективными потребностями развития физической культуры с ориентацией на новую социально-педагогическую парадигму подготовки специалистов высшей школы и реальным состоянием ее развития в процессе физического воспитания студентов [2]

В законе Украины "О физической культуре и спорте" отмечено, что "основными задачами физической культуры и спорта является постоянное повышение уровня здоровья, физического и духовного развития населения, содействие экономическому и социальному прогрессу общества, а также утверждение международного авторитета Украины в мировом сообществе". Но ситуация с уровнем здоровья и физического развития в Украине очень катастрофическая [1.5]. За последние годы было зафиксировано большое количество трагических случаев на уроках физической культуры в школах, что привело к снижению нормативов, которые так необходимы для контроля развития физических качеств молодого организма школьника или студента. Важную роль играет объем учебной нагрузки, в последнее время он очень сильно увеличился, что привело к гиподинамии, а это в свою очередь дает возможность развиваться ряду болезней (Г. Л. Апанасенко, А. Д. Дубогай, Т. Ю. Круцевич и другие). Поэтому сейчас одной из главных задач педагогов является недопущение снижения показателей развития физических качеств и уровня здоровья школьников или студентов, которые они имеют на данный момент; для этого можно использовать ряд возможностей: заинтересовывать молодежь новыми видами спорта, стимулировать стипендиями, вести пропаганду здорового образа жизни, проводить большее количество молодежных и семейных соревнований или просто делать более доступными тренажеры или спортивные детские площадки.

Студенческий возраст - это возраст окончательного формирования всех систем организма. Многие выдающиеся ученые и исследователи пытаются разработать новые методики и направления физического воспитания детей и молодежи, которые бы давали возможность полноценно развивать и совершенствовать физические качества и повышать уровень здоровья подрастающего поколения (В. Арефьев, Г. Арзютов, О. Дубогай, Ю. Похоленчук).

Современная физическая культура выполняет глобальные социальные функции по оптимизации физического состояния студентов, организации здорового образа жизни, подготовке к профессиональной деятельности и жизненной практике. Задача дальнейшего развития физической культуры становится важным направлением социальной политики.

Выполнение физических упражнений, как говорилось раньше, активизирует деятельность различных систем и функций организма и тем самым оставляет свой «след» (эффект) в организме человека. В процессе многократного повторения действий, «следовые» двигательные эффекты по открытому Ж.Б. Ламарком закону упражнений - «работа строит орган в меру его употребления» - накапливаются и способствуют процессу морфологического, функционального, социально-психологического развития личности занимающихся. Однако воздействие движения на организм не ограничивается развитием его телесных и духовных способностей [3.4.7]

В той мере, в какой движение воздействует на организм и личность человека, сам организм посредством упражнений строит свои движения. Эту вторую сторону закона упражнения «организация определяет и строит функцию по мере ее выполнения» впервые сформулировал Д. Дидро. Научно ее обосновал Н.А. Бернштейн (1947), который показал, что с каждым новым уровнем нейрофизиологической организации, возникшей в связи с изменением условий жизни, появляется возможность реализации несуществовавших ранее форм двигательных действий.

При этом организм строит свои движения не только по закону Ж.Б. Ла-марка, не в порядке простого повторения и накопления эффекта упражнения, а путем модифицированного повторения и отбора наиболее рациональных способов решения возникших двигательных задач.

Выделяют разные виды эффектов, которые возникают в организме и психике человека в результате применения физических упражнений: в зависимости от решаемых задач различают образовательный, оздоровительный, воспитательный, функционально-развивающий, рекреационный, реабилитационный эффекты; в зависимости от характера применяемых упражнений эффект может быть специфическим и неспецифическим (общим); в зависимости от преимущественной направленности на развитие и совершенствование какой-либо способности (функции) существует: силовой, скоростной, скоростно-силовой, аэробный, анаэробный и другие виды эффектов; в зависимости от достигнутых результатов эффект может носить положительный, отрицательный или нейтральный характер; в зависимости от времени, в рамках которого осуществляются адаптационные (приспособительные) изменения в организме, эффект может подразделяться на срочный, который возникает после выполнения одного или серии упражнений в одном занятии; отставленный (текущий), появляющийся после нескольких занятий; кумулятивный (суммарный), который проявляется после какого-то длительного этапа, периода занятий [6.8]

Одновременно физические упражнения рассматриваются и как метод обучения и воспитания. Важнейший признак физических упражнений как метода — повторяемость их применения, что позволяет педагогу оказывать необходимое воздействие на занимающихся. С помощью физических упражнений, с одной стороны, осуществляется биологическое воздействие на организм человека, изменяется его физическое состояние, с другой - происходит передача общественно-исторического опыта одного из видов физической деятельности, то есть осуществляется социальное воздействие.

Характерной чертой физических упражнений является то, что они связаны с активной двигательной деятельностью людей. Физические упражнения представляют собой целенаправленные и сознательные действия, они связаны с целым рядом психических процессов, с представлением о движениях, мыслительной работой, переживаниями и т.п., развивают интересы и чувства, волю и характер и являются, таким образом, одним из средств духовного развития человека. Физические упражнения можно рассматривать как один из показателей единства физической и психической деятельности человека. Они влияют не только на организм, но и на личность занимающихся.

Поскольку физические упражнения возникли на основе трудовых действий, они имеют много общего с трудом. Эта общность выражается в схожести их биомеханических, физиологических и биохимических механизмов. Однако это не может служить основой для отождествления физических упражнений и труда: между ними имеется принципиальное различие. Как известно, труд есть процесс, совершающийся между человеком и природой. Изменяя внешнюю природу, человек приспособливает ее к своим потребностям. Но, действуя на природу и изменяя ее, человек в процессе труда изменяет и самого себя. Однако воздействие физического труда на человека в процессе производства представляет собой сопутствующий фактор, подчиненный закономерностям развития производства. Говоря о физическом труде, необходимо учитывать не только собственно двигательную деятельность, мышечные усилия, совершаемые в процессе работы, но и то нервное напряжение, психические, волевые проявления, которыми сопровождается выполнение производственных движений [9]

Что же касается физических упражнений, то их действие, как уже было сказано, направлено на природу самого человека и определяется закономерностями процесса физического совершенствования. С помощью физических упражнений и осуществляется направленное воздействие на человека с целью развития его физических и духовных способностей. В отдельных случаях в сочетании с физическими упражнениями, физический труд, проводимый в благоприятных условиях внешней среды (работа в лесу, в поле и т.д.) с определенной дозированной нагрузкой, может выступать как вспомогательное средство физического совершенствования. Но используемый таким образом, он уже подчиняется целям физического воспитания, меняется его существо и направленность. Итак, физические упражнения можно определить как двигательную деятельность, осуществляемую по законам физического совершенствования личности.

Специфической особенностью физического воспитания, отличающей его от умственного образования и воспитания, является его преимущественная направленность на биологическую сферу человека: направленное изменение его форм (например, осанки), функциональных возможностей отдельных систем организма (мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной и др.), развитие двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости и др.), обучение двигательным действиям, повышение сопротивляемости внешним факторам (закаливание).

**Целью нашего исследования** является выявление особенностей организации физического воспитания в высших учебных технических заведениях на современном этапе развития общества.

#### **Задачи исследования**

1. Сделать обзор литературных источников по данному вопросу.
2. Проанализировать педагогический процесс организации физического воспитания студентов высших учебных технических заведений.
3. На основе анализа философской, психолого - педагогической, культурологической литературы по теории и методике физического воспитания определить особенности формирования двигательной культуры.

#### **Методы и организация исследования**

В исследованиях использовался сравнительно - сопоставительный, системный и логический анализ научно - педагогической литературы, обобщение педагогического опыта.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Процесс физического воспитания в своей основе имеет три вектора влияния: создание широкого круга знаний в области физической культуры, обучение двигательным действиям (формирование культуры движений) и управление развитием физических качеств. Причем все они взаимосвязаны. Следовательно, широкое использование средств физической культуры, в том числе нетрадиционных, а также различных видов учебных занятий способствует более полноценной физической и теоретической подготовленности студентов. В ходе исследования выяснилось, что недостатками традиционной системы физического воспитания в вузе являются: ориентация исключительно на контрольные нормативы и телесный компонент учебного процесса, игнорирование взаимосвязи физического воспитания с другими видами воспитания. Эти недостатки и обуславливают снижение интереса к занятиям физическими упражнениями, ограничение двигательной активности, низкий уровень теоретической, физической подготовленности студентов. Указанные проблемы способствовали научному поиску совершенствования программно-методического содержания физического воспитания в вузах, который показал, что одним из наиболее оптимальных средств формирования культуры движений является фитнес, представленный в оздоровительной физической культуре в виде системы упражнений. Процесс выполнения упражнений фитнеса, синтезирующих технику двигательных действий и эстетические переживания во время движений (переживания самого музыкального произведения, движений в сочетании с музыкой), позволяет создавать гармоничный образ самовыражения и осуществлять, вместе с тем, полезную физическую работу. Таким образом, фитнес, сочетающий в себе элементы искусства и физические упражнения, может одновременно решать много задач физического воспитания.

**Анализ последних исследований и публикаций.** Адаптация молодежи к студенческой жизни - сложный процесс, требующий привлечения биологических, психологических и социальных резервов организма. Прежде всего, сложность данного процесса обусловлена переходом к новым формам и методам учебной работы, другой социальной среды и специфики учебной нагрузки.

Обучение в вузе предполагает наличие совершенно иных форм обучения и поведения студентов, основанных прежде всего на высоком уровне самосознания при отсутствии ежедневных задач и повседневного контроля за их выполнением. Студентам предоставляется большая свобода в ведении самостоятельной работы и образе жизни. При переходе на формы обучения в вузах наибольшими трудностями является рациональное распределение времени на самостоятельные занятия, от правильной организации которых значительно зависит успешность процесса адаптации к обучению, сохранение и укрепление здоровья студенческой молодежи.

Несмотря на то, что процесс обучения проходит в коллективной, регламентированной форме, успешность его

прохождения зависит от индивидуальной активности, требует высокого уровня организации самостоятельной работы, быта и досуга.

Успешность адаптации студентов к учебному процессу в вузе зависит от уровня адаптивных возможностей - совокупности качеств человека, которые способствуют или препятствуют адаптации. Решению проблемы повышения уровня адаптивности и укрепления здоровья студентов в период обучения в вузе служит реализация принципов физического воспитания и физической рекреации.

Абсолютно необходимым и обязательным фактором успешной адаптации и укрепления здоровья студентов является не только физические нагрузки, предусмотренные учебными планами, но и рекреационно-оздоровительные занятия, которые выполняются самостоятельно - в свободное время.

Без определенного объема двигательной активности организм не может накапливать энергию для нормальной жизнедеятельности и противостоять ежедневному стрессу. Именно под влиянием систематических физических тренировок в организме происходят функциональные изменения, которые повышают морфо-функциональные резервы адаптации к неблагоприятным условиям внешней среды и выводят организм на более высокий уровень общих неспецифических адаптационных возможностей.

Таким образом, можно говорить про рекреационно-оздоровительную двигательную активность как о средстве повышения общей резистентности организма к учебным нагрузкам и укрепления здоровья студенческой молодежи.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Одной из актуальных проблем учебно-воспитательного процесса в высших учебных заведениях образования является воспитание у студентов положительного отношения к физическому воспитанию и спорту. Занятия физическими упражнениями осуществляются под влиянием определенных стимулов, побуждений, которые выступают в роли движущих сил учебной деятельности. Такими побудительными силами являются интересы, убеждения, идеалы, ценностные ориентации.

По мнению ученых, выявления интереса невозможно вне деятельности человека, которая детерминирует появление интереса, а также его развитие. В то же время, вся деятельность человека весомо определяется интересами, которые появляются в процессе его жизнедеятельности. Итак, это является важным фактором для личности в целом; это действует как важный субъективный фактор, способствующий успешной реализации психических процессов (памяти, мышления, воображения, эмоций, внимания и др.), более целесообразному выполнению той или иной деятельности в целом.

Раскрывая сущность интереса, исследователи приводят самые разнообразные его определения, в частности: интерес - это избирательная направленность человека, его внимания, мыслей, помыслов; выявление умственной и эмоциональной активности; активатор разнообразных чувств, активное познавательное, эмоционально-познавательное отношение человека к окружающему миру. Большинство авторов отмечает, что интерес включает в себя эмоциональный компонент, который проявляется в избирательном положительном отношении личности к объектам окружающей действительности, а также в необходимости к познанию и практической деятельности.

Необходимым условием формирования интереса к учебной деятельности является предоставление студентам возможности проявлять самостоятельность и инициативу. Чем активнее методы обучения, тем легче заинтересовать молодежь. Интересной для них является работа, которая требует постоянного напряжения. Легкий материал не вызывает интереса. Преодоление трудностей учебно-тренировочной деятельности - важное условие возникновения интереса к ней. Однако трудность учебного материала приводит к повышению интереса только тогда, когда эта трудность посильна и ее можно преодолеть. В противном случае интерес быстро падает. Важной предпосылкой возникновения интереса является новизна учебного материала, позитивная атмосфера в коллективе.

Физическая культура и спорт в учебных заведениях является самыми продуктивными средствами формирования социально - активных будущих специалистов. Итак, целью физического воспитания в вузах является содействие подготовке гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов.

Однако спорт выступает не только как средство улучшения физического развития, укрепления здоровья, развитие двигательных качеств. В сочетании с другими средствами воспитания спорт способствует всестороннему развитию человека. Решая общеобразовательные задачи, занятия спортом влияют на повышение культуры человека (в частности физической), утверждая в его сознании решающее значение умственной и физической активности для развития личности, формирование потребностей в систематических занятиях спортом, готовности к рациональной организации двигательной деятельности в течение дня, овладение необходимыми гигиеническими навыками, а также системой знаний о путях сохранения и укрепления здоровья, улучшения работоспособности, на понимание сути спорта, его социального значения и места в обществе.

## ВЫВОДЫ

1. Анализ изучения общенаучной и педагогической литературы позволил нам сформулировать некоторые выводы. В частности, мы считаем, что ученые еще не исследовали все вопросы и аспекты формирования двигательной культуры вообще и также вопросы, касающиеся студентов высших технических учебных заведений в частности.

2. Изучение влияния физической культуры и спорта на современном этапе развития общества в условиях высшего учебного заведения (ВУЗа) проводилось в недостаточной степени.

3. Выявление основополагающих компонентов физического воспитания занимает важное место в системе личностных ценностей, а также средств, методов и возможностей. Формирование таких элементов будет способствовать более эффективному процессу физического воспитания студентов высших технических учебных заведений.

4. Таким образом формирование физического воспитания как насущной потребности студента технического вуза делает все более необходимыми исследования ее глубинной сущности.



## ЛИТЕРАТУРА

1. Бех І. Д. Виховання особистості: в 2 кн. Кн. 1: Особистісно – орієнтований підхід: теоретико – технологічні засади / І. Д. Бех – К.: Либідь, 2003 – 280 с.
2. Борщевський М. І. Духовні цінності як детермінанта громадянського виховання особистості. Цінності освіти та виховання / М. І. Борщевський – К.: 1997 – с. 21 – 25.
3. Круцевич Т. Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания: Автореф. дисс. доктора наук по физическому воспитанию и спорту: 24.00.02 – Киев: 2000 – 52 с.
4. Національна доктрина розвитку освіти України // Урядовий кур'єр – 2001 - № 3 – с. 2 – 10.
5. Ярмаченко М. Д. Якість особистості Педагогічний словник / За редакцією дійсного члена АПН України Ярмаченка М. Д. – К.: Педагогічна думка, 2001 – 514 с.
6. De Charms R. Enhancing Motivation / R. De Charms – N – Y – 1986.
7. Futorny S. Actual issues of improving the process of student's physical education through the application of modern health – saving technologies – 2014 – p. 26 – 30.
8. Futorny S. An increased level students theoretical knowledge for building a physical fitness in the process of physical education – 2014 – p. 25 – 27.
9. Zanetta R. L. Bringing up students in the healthy lifestyle multiplier students program, Sao Paulo, Brazil / R. L. Zanetta, MRC Nobre, I. Lancarotte et all // Preventing chronic diseases – Sao Paulo, Brazil, 2008 – V. 5 – No 3 – p. 1 – 8.

УДК

**Кузьменко В. Ю.**  
**Національний педагогічний університет**  
**імені М. П. Драгоманова**

### РОЛЬ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФОРМУВАННІ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Автор зазначає, що професійна компетентність характеризує здібності фахівця з фізичної реабілітації самостійно ставити і вирішувати нові професійні завдання щодо реабілітаційної діяльності. У статті підкреслено, що з позицій сьогодення майбутній фахівець з фізичної реабілітації повинен володіти сучасними інформаційно-комунікаційними технологіями, уміти трансформувати отримані знання та працювати в команді, підвищувати професійну компетентність у сфері відновлення здоров'я людини.

**Ключові слова:** інформаційно-комунікаційні технології, формування професійної компетентності, майбутні фахівці з фізичної реабілітації, вищі навчальні заклади.

**Кузьменко В. Ю. Роль информационно-коммуникационных технологий в формировании профессиональной компетентности будущих специалистов по физической реабилитации в высших учебных заведениях.**

Автор отмечает, что профессиональная компетентность характеризует способности специалиста по физической реабилитации самостоятельно ставить и решать новые профессиональные задания относительно реабилитационной деятельности. В статье подчеркнуто, что с позиций нынешнего времени будущий специалист по физической реабилитации должен владеть современными информационно-коммуникационными технологиями, уметь трансформировать полученные знания и работать в команде, повышать профессиональную компетентность в сфере возобновления здоровья человека.

**Ключевые слова:** информационно-коммуникационные технологии, формирования профессиональной компетентности, будущие специалисты по физической реабилитации, высшие учебные заведения.

**Kuzmenko V.Y. Role of information and communication technologies in formation of professional competence of the future experts in physical rehabilitation in higher education.**

The author notes that professional competence describes the ability of a specialist in physical rehabilitation independently set and solve new professional task of rehabilitation measures.

Higher physical education entered a period of fundamental change, characterized by new understanding of goals, values, quality and awareness of the need to move to lifelong learning and innovative conceptual approach in the development and use of modern teaching technology. In this regard, one of the main directions of developing the future mobile and higher physical education, along with the level of quality and providing greater accessibility for all population groups' focus is to provide training to new information and communication technologies.

The article stressed that the present position of the future expert in physical rehabilitation should have modern information and communication technologies, able to transform knowledge and teamwork, enhance professional competence in the field of restoration of health.

Indicators professional competence of specialists in physical rehabilitation include: overall set objectively necessary knowledge and skills; the ability to properly dispose of them in the performance of their functions; knowledge of the possible consequences of certain actions; practical experience in rehabilitation activities; the result of work to restore health; flexibility method and critical thinking; professional positions, individual psychological quality and acmeological invariants.

According to the author, professional competence of the expert in physical rehabilitation is seen as the domain of human