

М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. 6. – С. 276–281.

7. Сичов С.О. Засоби і методи гармонійного фізичного розвитку студентів у процесі самостійних занять фізичними вправами / С.О.Сичов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. журнал. – Харків, ХОВНОКУ – ХДАДМ, 2010. – № 5 – С. 125-128.

Аннотація. *Сиротинская Е.К. Модель формирования у студенток готовности к самостоятельным занятиям физической культурой.*

В статье раскрываются организационно-методические основы создания модели формирования у студенток высших учебных заведений готовности к самостоятельным занятиям физической культурой.

Ключевые слова: студентки, модель, готовность, учеба, занятия, физическая культура.

Annotation. *Syrotynska O.K.. The model of formation readiness of students for self-study physical culture.*

The article opening organizational and methodological basis of creating models of formation readiness of the students in the university for self-study physical culture.

Key words: students, type, readiness, learning, lessons, physical culture.

Сичов С.О.

Національний технічний університет України "КПІ"

ГУМАНІЗАЦІЯ ТА ДЕМОКРАТИЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ З ВИКОРИСТАННЯМ БІОГУМАНІТАРНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ

У статті розкриваються підходи гуманізації та демократизації фізичного виховання з використанням біогуманітарної підготовки студентів. Такий підхід сприяв формуванню у студентів соціального та гуманістичного мислення, розкриттю здібностей і таланту, пріоритету загальнолюдських цінностей, високої біологічної і соціальної активності.

Ключові слова: гуманізм, демократія, студенти, біогуманітарна підготовка, фізичне виховання.

Постановка проблеми. В умовах глобальних змін інформаційного світу та трансформації окремих соціумів, що стали на шляху гуманізації та демократизації, об'єктивно підвищується роль виховання, у тому числі і фізичного виховання, як соціокультурного процесу керування духовним та фізичним розвитком особистості. Гуманізація та демократизація системи фізичного виховання в першу чергу спрямована на формування у студентів соціального та гуманістичного мислення, загальнолюдських ціннісних орієнтацій, які сприяють ставленню особистості людини і на цій основі – соціально-здорового суспільства. Удосконалення системи фізичного виховання дає можливість не тільки засвоювати навички та технологію виховання у світі, але й вчить студентів оцінювати і формувати власну індивідуальність. Сьогодні, коли відбувається оновлення всіх ланок розвитку суспільства, фізичне виховання у вищих навчальних закладах, поряд із збереженням здоров'я студентської молоді, повинне бути необхідною передумовою для повноцінного формування спеціаліста з орієнтуванням його на майбутню здорову життєдіяльність. Отже питання гуманізації та демократизації системи

фізичного виховання з використанням біогуманітарної підготовки студентів є актуальним і потребує постійного удосконалення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить про те, що питанням гуманізації та демократизації у системі виховання присвячені роботи Є.Бондаревської, І.Беха, С.Кульневич, О.Газман, С.Гончаренко, Є.Шиянова та інших. Питання гуманізації та демократизації змісту фізичного виховання присвячені роботи Н.Добровольської, В.Макареня, Я.Кулика, Л.Сміновської, С.Операйло, В.Щербини та інших. Однак гуманізація та демократизації системи фізичного виховання з використанням біогуманітарної підготовки студентів вивчена недостатньо та потребує обґрунтування показників та змісту даної підготовки. Тема дослідження є складовою науково-дослідної роботи лабораторії фізичного розвитку Інституту проблем виховання НАПН України, дослідження виконано в рамках наукової теми: «Організаційно-методичні основи фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах», державний реєстраційний номер 0107U000271, що здійснювалась на кафедрі фізичної реабілітації Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут».

Формування цілей роботи полягає у визначенні показників біогуманітарної підготовки студентів в процесі фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

В дослідженні було використано такі **методи**: вивчення наукової літератури з досліджуваної теми, анкетування, тестування, аналіз отриманих матеріалів.

Об'єктом дослідження були студентки I-II курсів денного навчання Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут», які відвідували обов'язкові заняття з фізичного виховання.

Результати дослідження. Ідеї гуманізації та демократизації виступають природним супутником процесу творчого самоствердження людини і представляють прогресивний напрям суспільної думки, що характеризується захистом гідності особи, її свободи, всебічного розвитку і захистом людяності суспільних відносин. Необхідність формування нової гуманістичної соціальної свідомості посилює актуальність проблем виховання, у тому числі і фізичного виховання молоді. Гуманістична сутність фізичного виховання може бути представлена через гуманізм фізичної культури, бо остання є результатом здійснення виховного процесу. Культура – це взагалі усвідомлення людиною свого ставлення до навколишнього світу, що знаходить прояв у культурі знань, культурі мови, мислення, політичній культурі, правовій, моральній, естетичній, релігійній філософській, світоглядній, а також фізичній культурі. Така оцінка культури показує природу як результат людської діяльності. Тому поняття культури, фізичної культури може бути розкрито через категорію сенсу життя. Це питання гуманістичного знання в культурі, і воно не може нести тільки суб'єктивний зміст. В гуманістичному пізнанні проявляється ціннісне ставлення до дійсності, що вивчається, але у відповідності з соціальними настановами. Гуманістичне знання повинне формувати гуманістичну свідомість, що є одним з перших кроків демократизації фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах. Ідеї гуманізму носять прагматичний характер, органічно з'єднуючись з гуманізацією всієї системи стосунків і у суспільному прояві дає підстави розглянути фізичну культуру, з одного боку, як ту, що має людський суттєвий зміст, а з іншого, - як процес соціальних змін тіла людини, його фізичного стану. Дане визначення дає можливість чітко сформулювати такі основні положення і методологічні принципи гуманізації та демократизації системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах, а саме:

– особистість цілісна і повинна вивчатись в її цілісності;

- кожна особистість унікальна, і тому аналіз окремих випадків не менш виправданий ніж статистичні узагальнення;
- особистість відкрита світу і переживання себе у світі є головною психологічною реальністю;
- життєдіяльність повинна розглядатися як єдиний процес становлення і буття особистості;
- особистість володіє певним ступенем свободи від зовнішньої детермінації завдяки сенсам і цінностям життя, якими вона керується у своєму повсякденному виборі;
- особистість є активна, інтенціональна, творча істота.

На нашу думку, педагогічний аспект цієї проблеми полягає в тому, що співвідношення усіх впливових принципів гуманізації та демократизації фізичного виховання знаходиться у площині ступеня вихованості і досконалості особистості студента, його цілісності. В першу чергу це стосується таких важливих принципів, як демократичність та єдність процесу фізичного виховання з виховання національно свідомої, патріотично орієнтованої особистості, довіра та взаєморозуміння між викладачами та студентами щодо реалізації вимог навчальної програми з фізичного виховання. З метою розширення й поглиблення гуманізації та демократизації навчального процесу з фізичного виховання ми застосовували у своїй роботі такі напрямки: формування духовної сфери особистості студента, його свідомості та самостійності, в структурі яких цінності фізичної культури системно актуалізуються й визначають його позицію у здоровому способі життя; пошук, вивчення й розробку методів розвитку зацікавленості, інтересів, мотивацій, свідомого ставлення до фізичних вправ; пошук, апробацію та впровадження нових форм навчальної та фізкультурно-масової роботи з урахуванням інтересів студентів; формування нових взаємовідносин між викладачами і студентами з врахуванням демократичних перебудов у суспільстві; пошук форм педагогічної і методичної співдружності між ними; взаємозв'язок і проникнення у духовний світ один одного; перегляд консервативних поглядів викладачів на існуючий традиційний навчальний процес з примусовою формою відвідування занять; широке використання принципу індивідуалізації навчального процесу спрямованого на виховання особистості, розвиток та впровадження системи додаткових самостійних занять студентів, озброєння їх знаннями, вміннями і навичками їх проведення; збільшення клубів зі спортивних інтересів; залучення молоді до активної діяльності в галузі фізичної культури та масового спорту.

Практичне втілення інноваційних форм і методів забезпечення гуманізації та демократизації педагогічного процесу з фізичного виховання здійснювалося нами шляхом:

- утвердження гуманістичних принципів визнання людини як найвищої соціальної цінності;
- переборення авторитарно-диктаторського та впровадження демократично-гуманістичного стилю спілкування зі студентами;
- розкриття здібностей у студентів до спортивного вдосконалення та забезпечення умов щодо гармонійного фізичного розвитку;
- формування свідомої потреби у здоровому способі життя.

Комплексний аналіз психічних, біологічних і соціальних факторів, які справляють вплив на студентів, дозволив уявити, що під біогуманітарною підготовкою слід розуміти, насамперед, комфортність внутрішнього стану, за якою не відчуються внутрішні органи, присутня висока біологічна і соціальна активність студента.

Це проявляється на заняттях з фізичного виховання у збереженні гомеостазу, а також у соціальній і психологічній адаптації. Адаптація, в свою чергу, визначається комплексом біогуманітарних показників, які являють собою цілісну систему (рис. 1).

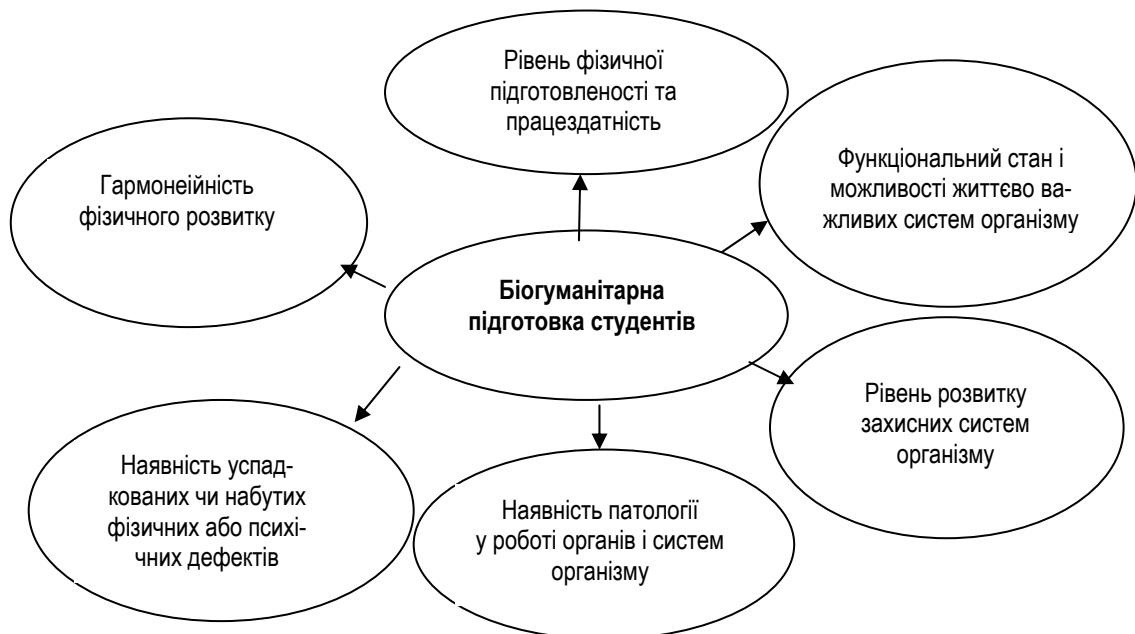


Рис. 1. Показники біогуманітарної підготовки студентів

Основними показниками цієї системи є:

- гармонійність фізичного розвитку;
- рівень фізичної підготовленості та працездатності;
- функціональний стан і можливості життєво-важливих систем організму;
- рівень розвитку захисних систем організму;
- наявність патології у роботі органів і систем організму (хвороби);
- наявність успадкованих чи набутих фізичних або психічних дефектів.

Покращення або погіршення названих показників здоров'я залежить від правильного поєднання навчання, праці й відпочинку, раціонального харчування, використання відновних процедур, рухового режиму, профілактики захворювань і складає біогуманітарну підготовку студентів.

ВИСНОВКИ. Отже гуманізація та демократизація фізичного виховання з використанням біогуманітарної підготовки студентів своєю сутністю зв'язана з формуванням активної життєвої позиції студентів, зі створенням загальнолюдських цінностей. Це вказує на те, що потрібен новий підхід до праці з молоддю, необхідно вивчати й враховувати мотивації, сучасні інтереси та зацікавленість студентів до занять фізичними вправами, навчитись спиратись на їхню свідомість, вміти ненав'язливо спрямовувати її. Недарма в сучасній українській науці важливе місце посідають проблеми здоров'я, фізичної підготовки і фізичної досконалості в системі ціннісних орієнтацій людини, різних соціальних груп. Це питання – одне з найгостріших на сучасному етапі національного відродження України, бо воно стосується здоров'я студентської молоді як пріоритету людської цінності у цивілізованому світі.

ЛІТЕРАТУРА

8. Бондаревская Е.В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания / Е.В.Бондаревская, С.В.Кульневич. – Ростов-на-Дону: Учитель, 1999. – С. 2-13.
9. Бех І.Д. Психологічна суть гуманізму у вихованні особистості / І.Д.Бех // Педагогіка і психологія. – 1994. - № 3. – С. 3-13.
10. Газман О.С. Гуманизм и свобода / О.С.Газман // Гуманизация воспитания в современных условиях. – М., 1995. – С. 3-13.
11. Шиянов Е.Н. Теоретические основы гуманизации образования / Е.Н.Шиянов. – М., 1991. – С. 43-51.

Аннотация. Сычев С.А. Гуманизация и демократизация физического воспитания с использованием биогуманитарной подготовки студентов.

В статье раскрываются подходы гуманизации и демократизации физического воспитания с использованием биогуманитарной подготовки студентов. Такой подход содействовал формированию у студентов социального и гуманистического мышления, способности и таланта, приоритета общечеловеческих ценностей, высокой биологической и социальной активности.

Ключевые слова: гуманизм, демократия, студенты, биогуманитарная подготовка, физическое воспитание.

Annotation. Sychov S.O., Humanization and democratization of physical education with the use of bio humanitarian training of students.

The article describes the approaches of humanization and democratization of physical education with the use of bio humanitarian training of students. This approach helped to form the students of social and humanistic thinking, ability and talent, the priority of universal values, high biological and social activity.

Key words: humanism, democracy, students, bio humanitarian training, physical education.

**Слободянюк В. О.
Національний університет фізичного виховання і спорту**

НАПРЯМКИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ ВАЖКОАТЛЕТОК НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті представлено наукові дані щодо вдосконалення процесу підготовки жінок-важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. У результаті дослідження визначено значущі показники спеціальної