

## Олексій Тимошенко,

декан факультету фізичного виховання та спорту, доктор педагогічних наук, професор Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова



Розвиток системи фізичного виховання в Україні відбувається за принципово нових, відмінних від тих, що існували раніше на пострадянському просторі соціально-економічних, політико-правових, організаційних, науково-методичних умов і регламентується надійним правовим, програмним та нормативним забезпеченням, що міститься у конкретних документах і матеріалах, розроблених державними органами управління у сфері фізичної культури і спорту, починаючи з Конституції нашої держави, Указів Президента тощо і закінчуючи наказами МОН України. Так, в останньому з цих документів, а саме в Указі Президента України №42/2016 від 9 лютого 2016 року "Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація", вказано результати всеукраїнського опитування, які свідчать про те, що на початку XXI століття достатній рівень оздоровчої рухової активності (не менше 4-5 занять на тиждень тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мали лише 3% населення віком від 16 до 74 років, середній рівень (2-3 заняття на тиждень) - 6%, низький рівень (1-2 заняття на тиждень) - 33% населення. Для більшої частини дорослого населення характерною є гіпокінезія. Серед дітей зростає популярність малорухомого способу проведення дозвілля. Все це призвело до того, що за даними НАМН України, захворюваність дітей шкільного віку за останні десять років зросла майже на 27%. Якщо в першому класі вже налічується понад

У зв'язку з останніми подіями в Україні та Європі, пов'язаними з появою військової загрози з боку держав-агресорів, знову постає питання формування фізично досконалої людини, готової до праці та оборони. При цьому все-таки залишається пріоритетною метою системи фізичного виховання її оздоровча спрямованість, оскільки здорова людина є основою здорової нації.

30% дітей, які мають хронічні захворювання, то до п'ятого класу їх кількість зростає до 50%, сягаючи в дев'ятому 64%. А загалом лише у 7% українських школярів спостерігається задовільний функціональний стан організму, і тільки 30% дітей шкільного віку можуть вільно займатися спортом. І ці діти вступають до закладів вищої освіти. Наразі зниження рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості і здоров'я студентів набуло масового характеру.

На цей час система фізичного виховання в Україні не задовольняє природної біологічної потреби студентської молоді в руховій активності, не забезпечує студентів необхідним рівнем здоров'я, фізичної підготовленості, працездатності, науково обґрунтованими освітніми й оздоровчими технологіями, що можна ви-

користувати у подальшій життєдіяльності. Необхідно відмітити, що раніше в Україні діяло Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах, затверджене Міністерством освіти і науки України, згідно з яким навчальних планів з усіх спеціальностей було включено дисципліну "Фізичне виховання" як обов'язкову (обсягом 4 години на тиждень протягом усього періоду навчання, за винятком останнього випускного семестру).

Однак спортивно-матеріальна база багатьох ЗВО нашої країни не давала можливості повноцінно і на високому професійному рівні організувати заняття фізичними вправами. Крім того, студенти старших курсів, як правило, знайшовши роботу, вже працюють за фахом. При цьому вони переходять на індивіду-

нування навантаження на навчальний рік. За цим документом рекомендувалося вишам проводити заняття з фізичного виховання у вигляді спортивних секцій, при цьому вони можуть бути організовані як факультативні, тобто за бажанням студентів (у загальне число кредитів ЕКТС і до навчальних планів не включаються, форм підсумкового контролю не мають). В принципі, в цьому є сенс, оскільки у деяких європейських ЗВО заняття з фізичного виховання проводяться у вигляді факультативів, а студентська молодь самостійно приймає рішення про відвідування занять, обирає види спорту за своїми інтересами.

Проте, якщо приймається європейська модель організації занять фізичними вправами зі студентами, то необхідно її застосовувати повній мірі, а не частково, як це пропонується на державному рівні. Ніхто не виступає проти того, щоб молодь приймала рішення щодо вибору дисципліни "Фізичне виховання" у навчальному плані, чи того, щоб студенти вибирали той чи інший вид спорту за бажанням. Це значно підвищить мотивацію студентів до занять фізичними вправами, що, в свою чергу, позитивно вплине на стан здоров'я і рівень фізичної підготовленості студентської молоді. Однак у сучасній молоді відсутня звичка до систематичних занять фізичними вправами, що формується у шкільні роки на уроках фізич-

# Здорова дитина



ної культури. Також у нашому суспільстві немає запиту на здоровий спосіб життя, серед молоді відсутня мода до занять фізичною культурою і спортом. Спортивно-матеріальна база вишів України переважно ще радянського зразка, в сотні разів гірша, ніж у провідних європейських державах, при цьому в недостатній кількості є в наявності спортивний інвентар тощо. Тому перехід на європейську модель організації фізичного виховання у закладах вищої освіти сьогодні не своєчасним. Наприклад, у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова з 2015 - 2016 н. р. заняття з фізичного виховання проводилися у формі факультативу. Цього навчального року кількість студентів, які відвідували заняття, в середньому становила 67%, у наступному році їх кількість рівнялася вже 48%, а в 2017 - 2018 н. р. кількість студентської молоді, яка систематично займалася фізичними вправами, дорівнювала 38%. Як бачимо, спостерігається тенденція до зменшення кількості студентів, які бажують відвідувати заняття з фізичного виховання. А результати останніх досліджень засвідчують, що лише 10-12% студентів в Україні мають бажання відвідувати спортивні зали чи майданчики. При цьому, якщо хтось думає, що молодь в цей час буде відвідувати бібліотеки або більше часу приділяти самостійному професійному вдосконаленню, той глибоко помиляється.

Цікаво, що у провідних європейських країнах організація фізичного виховання у закладах вищої освіти неоднакова. В таких державах, як Німеччина, Італія, Швеція, заняття фізичними вправами не обов'язкові, відсутні кафедри фізичного виховання, вся робота здійснюється через спортивні клуби, одні з яких, як у Німеччині та Італії, відносяться до місцевої влади або, як у Швеції, входять до структури вищих навчальних закладів. Однак у цих студентів дуже розвинута свідомість щодо значення і необхідності

Однак у 2015 році у заклади вищої освіти нашої держави було направлено лист Міністерства освіти і науки України, в якому надано рекомендації щодо пла-



занять фізичними вправами. Там існує мода на те, щоб займатися хоча б одним із видів спорту. Тому студенти майже стовідсотково займаються фізичними вправами, а у Швеції студенти навіть платять кошти, щоб відвідувати спортивні споруди. У Великобританії кожний вищий навчальний заклад має право самостійно розробляти програми з фізичного виховання, виходячи зі своїх можливостей і пріоритетів розвитку того чи іншого виду спорту. Наприклад, Лондон - центр футболу, легкоатлетики, Нотінгем - центр веслування, Уоркшир - кінного спорту тощо. При цьому кількість занять на тиждень може коливатися від 2 до 4 годин на I і II курсах. У більшості країн Європи (Франція, Болгарія, Румунія, Угорщина, Чехія, Словаччина, Польща) заняття з фізичного виховання є обов'язковими і плануються в обсязі від 2 до 4-х годин на тиждень на I-II курсах. На інших курсах заняття фізичними вправами проводяться у формі факультативів. У кінці 4 семестру проводиться підсумковий контроль у формі заліку, а у Франції навіть існує екзамен з фізичного виховання.

Як не прикро про це говорити, студенти провідних європейських ЗВО платять кошти, щоб відвідувати спортивні клуби, а українських - навпаки, щоб не займатися фізичними вправами.

Перехід на секційну форму організації занять дещо покращив ситуацію, однак



вання. Противники впровадження такої форми контролю з цієї дисципліни наводять свої аргументи. По-перше, у закладах вищої освіти європейських країн не існує заліку. Хоча з вище викладеного матеріалу бачимо, що це не так, і залік існує багатьох країнах світу, а у деяких навіть є екзамен. По-друге, наявність заліку стимулює до корупційних дій. Однак сама дисципліна не винна в цьому, потрібно швидше боротися з викладачами-хабарниками, оскільки ця проблема у вишах трапляється і на інших дис-

Запровадження заліку з фізичного виховання, очевидно, також дасть можливість вирішити суперечність, що виникла на сьогоднішній день у зв'язку з необхідністю оцінювання рівня фізичної підготовленості населення України, тобто обов'язковою задачею Державних тестів, і не обов'язковим відвідуванням занять з фізичного виховання. Тим паче, що згідно з постановою Кабінету Міністрів України щодо оцінювання рівня фізичної підготовленості населення нашої держави керівники закладів вищої освіти несуть

оздоровчі заходи у закладах вищої освіти тощо. Проте кількість студентів, які займатимуться фізичними вправами, без наявності форми контролю буде мала, бо у них немає мотивації до занять фізичною культурою і спортом.

Шляхи вирішення проблеми стійкої потреби та звички молоді до систематичних занять фізичними вправами, на нашу думку, полягають у здійсненні, насамперед, у закладах середньої освіти різноманітних заходів щодо залучення до формування культури здоров'я учнів не тільки вчителів фізичної культури, а й педагогів з інших навчальних предметів - біології, фізики, валеології та ін., використовуючи міжпредметні зв'язки. Так, наприклад, у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова професором Олександром Дубогай розроблено інноваційний проект-програму "Навчання в русі", який спільно з Інститутом модернізації змісту освіти МОН України уже третій рік поспіль впроваджується в освітній процес учнів початкової школи. Основна ідея цієї освітньо-виховної технології полягає в тому, що діти на уроках з предметів, не пов'язаних з руховою активністю (математика, українська мова і т.д.), засвоюють навчальний матеріал, паралельно виконуючи різні рухові завдання.

Крім того, автор проекту пропонує застосування в системі "сім'я-школа" "Щоденника розвитку та здоров'я школярів 6-12 років", що є своєрідною "міні-енциклопедією" в таблицях та малюнках і за допомогою порівняльної, оцінювальної та моніторингової методик дозволяє батькам та вчителям своєчасно визначати гармонійність фізичного та рухового розвитку, прояви порушень постави та інших відхилень у стані здоров'я кожної дитини, їх психоемоційну ступінь адаптованості до статичного компонента довготривалого сидіння за партою, розумового навантаження тощо. Однак результати застосування проекту слід очікувати не раніше десятиріччя, оскільки діти цього віку - потенційні вступники до вищих закладів освіти саме через цей час.

Стосовно матеріально-технічного забезпечення, то вважаємо за необхідне впроваджувати комплексну програму розбудови та зміцнення фізкультурно-спортивної інфраструктури малих і великих населених пунктів взагалі та закладів середньої і вищої освіти зокрема. Проте реалізація цієї ідеї у сучасних реаліях є проблематичною, бо необхідних на це коштів з боку держави найближчим часом виділено не буде, виходячи з економічної ситуації сьогодення.

Отже, виходячи з вище викладеного, на сучасному етапі розвитку вищої освіти необхідно взяти за основу попередню систему організації занять з фізичного виховання у вищих навчальних закладах, але дещо її модернізувати, а саме: зробити заняття з фізичного виховання обов'язковими і планувати їх в обсязі 4-х годин на тиждень на I-II курсах з урахуванням можливості студентам самостійно обирати різні види фізичних навантажень за своїми інтересами. На старших курсах заняття фізичними вправами бажано проводити у формі факультативів. Наприкінці кожного навчального року на I-II курсах здійснювати підсумковий контроль у формі заліку, як це є у більшості країн світу. В майбутньому після зміцнення спортивно-матеріальної бази вітчизняних закладів вищої освіти до рівня багатьох європейських країн та підвищення соціального престижу фізичної культури і спорту серед населення нашої країни, зокрема учнівської та студентської молоді, можна перевести цю дисципліну у навчальних планах у цикл за вибором студента чи проводити її у вигляді факультативу.

## — здорова нація

повністю не розв'язав цю проблему. Збільшення кількості спортивних змагань також не вирішує питання. Оскільки, наприклад, в Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова, крім змагань за Кубок ректора з футболу, боулінгу, шахів, "Свята здоров'я, руху краси", проводяться багато інших змагань: першості університету з плавання, волейболу, баскетболу, настільного тенісу, стрільби, боротьби тощо. Однак кількість студентської молоді, що беруть у них участь, не збільшується, в основному змагаються ті студенти, які активно відвідують заняття з фізичного виховання.

Крім цього, байдужість сучасної молоді до занять фізичними вправами чи різними видами спорту підтверджується кількістю організованих і проведених спортивно-масових заходів студентським активом вітчизняних закладів вищої освіти за останні роки. До речі, у провідних європейських вишах студенти самі займаються організацією і проведенням різних змагань. Наприклад, неофіційний чемпіонат Європи з футзалу серед студентських команд у Сіндховені (Нідерланди). Ці змагання організували семеро студентів Технічного університету на чолі зі спортивним інструктором цього вишу. Професорсько-викладацький склад лише надавав необхідну допомогу молоді щодо жеребкування команд та суддівства ігор.

Слід зазначити, що механізмів мотивування студентів до занять фізичною культурою і спортом на сьогоднішній день недостатньо. Раніше викладачі могли мотивувати студентів через примус: необхідно було здати залік. Зараз він відсутній. Була спроба включити додаткову кількість балів за заняття фізичними вправами і спортом до загального рейтингу студента. Однак ті 2 бали, які нараховуються студентам, особливого впливу не мають. Тому назріла потреба щодо впровадження заліку на заняттях з фізичного вихо-

циплінах. А для того, щоб унеможливити ці негативні явища, необхідно, аби вимоги, що виносяться на залік, були прозорими, зрозумілими, об'єктивними і доступними.

Визначаю три критерії, за якими можна здійснювати оцінювання на заняттях з фізичного виховання:

1) відвідуваність занять (встановити кількість цих занять - 4 години в тиждень, оскільки мінімальна норма рухової активності молоді саме така; форма занять - секційна, де студенти мають можливість обрати певний вид спорту на власний розсуд);

2) активність (участь студентської молоді в спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходах і як учасників, і як вболівальників, що підтримують свою команду);

3) участь у виконанні Державних тестів (з дотриманням олімпійського принципу - "Головне не перемога, а участь", тобто головне - проконтролювати виконання цих тестів, а не оцінити рівень фізичної підготовленості студентів).

особисту відповідальність за організацію і проведення щорічного оцінювання студентської молоді, а також рекомендується вводити результати його проведення до щорічних звітів ректорів. Цікаво, яким чином примусити студентів пройти це тестування? Механізмів заохочення з позиції сьогодення недостатньо.

Також варто вказати на те, що на сьогоднішній день у проектах Державних стандартів з усіх спеціальностей пропонується вводити формування компетентності, що передбачає збереження здоров'я студентської молоді на основі використання різних видів та форм рухової активності. Однак введення цієї компетентності у стандарти проблему не вирішить, оскільки буде складно оцінити сформованість цієї компетентності у студентів. А найголовніше, у ЗВО можна створити всі умови для формування цієї компетентності: включити у розклад занять дисципліну "Фізичне виховання" в обсязі 4-х годин на тиждень, зберегти кафедри фізичного виховання, проводити різні спортивно-масові і фізкультурно-

