

7. Ilyashenko T.D. Correction of psychosocial development of children with cerebral palsy in the rehabilitation center / T.D.Ilyashenko, A.G.Obuhivska, O.V.Romanenko. – K., 2003 – 56 p.
8. Ippolitova M.V. Correctional and educational work with preschool children suffering from cerebral palsy. Essays on the pathology of language and voices / M.V.Ipolitova. – Moscow, 1985. – No. 3. – 214-223 p. 9. Ilyin Ye.P. Psychology of individual differences. – St. Petersburg: Peter. – 2004. – 701 pp.
9. Mikhailenko R.I. Dermatological indicators in the prognostication of physical development of children of different age groups // Pedagogics, psychology and medical-biological problems of physical education and sports / R.I. Mikhailenko. – Kharkov, 2002. – No. 24. – 48-53 p.
10. Mikhailenko R.I. Forecasting the level of physical development and physical health of children of different age groups by indicators of dermatological analysis // Young sports science of Ukraine: Laboratory work from the field of FC and S / R.I. Mikhailenko. - Lviv: Scientific-Production Enterprise "Ukrainian Technologies", 2004. – No. 7. – Т.2. – 239-242 p.
11. Mitzkan B.M. Dermatoglyphic Indicators in the Prognosis of Physical Development of Children // Biomedical and Biosocial Anthropology / B.M.Mitskan, S.L.Popel, R.I. Mikhailenko. – Vinnytsya, 2004. – No. 2. – 195-196 p.
12. Koziavkina N.V. Drawings of patients with cerebral palsy: Clinical and diagnostic value and diagnostics in the process of restorative treatment // Ukrainian Bulletin of Psychoneurology / N.V. Kozyavkin. – Т.8. – No. 2, (24). – 2000. – 63-65 p.

Хрипач А.Г., Король О.С., Павлось Р.М., Осінчук В.В.
Національний університет «Львівська політехніка»

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ ВНЗ

Розглянуто питання формування рухової компетенції у студентів ВНЗ у їхньому фізичному вихованні. Виявлено ключові аспекти формування таких компетенцій та чинники, що забезпечують успішність цього процесу. Визначено, що оволодіння студентами здоров'язберігаючими компетенціями в процесі фізичного виховання є заданою нормою фізичної підготовки. З'ясовано, що результатом формування здоров'язберігаючих компетенцій у студентів є збереження здоров'я, підтримка професійної працездатності при оптимальному функціонуванні систем організму.

Ключові слова: студент, фізичне виховання, здоров'язберігаючі компетенції, формування.

А.Г. Хрипач, А.С. Король, Р.М. Павлось, В.В. Осінчук. Формирование здоровьесберегающих компетенций в физическом воспитании студентов вузов. Рассмотрены вопросы формирования двигательной компетенции у студентов вузов в ихнем физическом воспитании. Выявлены ключевые аспекты формирования таких компетенций и факторы, обеспечивающие успешность этого процесса. Определено, что овладение студентами здоровьесберегающими компетенциями в процессе физического воспитания является, прежде всего, заданной нормой физической подготовки. Выяснено, что результатом формирования здоровьесберегающих компетенций у студентов является сохранение здоровья, поддержка профессиональной трудоспособности при оптимальном функционировании систем организма.

Ключевые слова: студент, физическое воспитание, здоровьесберегающие компетенции, формирование.

Hrypach, A. Korol., R. Pavlos, V. Osinchuk. Formation of health-saving competences in physical education of university students. The questions of the formation of health-saving competence among university students in their physical education is considered.

The task of the work – the identify the aspects of the formation of health-saving competencies among of university students in the process of their physical education. Methods of research: theoretical analysis, systematization, comparison, generalization of data of scientific-methodical and special literature, general-scientific methods of the theoretical level: analogy, analysis, synthesis, abstraction, induction and sociological (questionnaires).

That the definition of "health-saving competence" is considered as an integrated concept of the totality of theoretical knowledge, skills, value orientations, correct implementation of the individual motor need through various forms and means of physical culture, which promotes support and strengthening of health it was founded in. The key aspects of the formation of such competencies and the factors ensuring the success of this process are identified. To organize effective work on its education only with the account of certain determinants influencing this process is possible. They by the presence of stimulatory, target, orientational, functional, control and evaluation components are determined. All identified components in the structure of overall healthcare-retaining competence of students are closely interlinked That mastering students with health-saving competences in the process of physical education is, first of all, a given norm of physical training it is determined. The result of the formation of health-saving competencies among students is the preservation of health, the support of professional work capacity with the optimal functioning of the body systems it was found out.

Key words: student, physical education, health-saving competences, formation.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Стіжка негативна динаміка здоров'я студентської молоді в умовах сьогодення, зумовлює необхідність переорієнтації освітніх установ на активне впровадження системи здоров'язберігаючих заходів у ВНЗ (О.Д. Дубогай зі спів. [1], Н.Н. Завидівська [6]). Дієвість їхньої інтеграції дозволяє цілеспрямовано забезпечувати формування психофізичної готовності випускників вищої школи для забезпечення подальшої продуктивної фахової діяльності (М.Я. Віленський, О.Г. Горшков [3]) Основне завдання фізичного виховання сучасної вищої школи за інформацією Волкової Л.М. зі спів. [4], полягає у максимальному розвитку потенціалу

рухового кожного студента, підготовки його до самовдосконалення, самовизначення та самореалізації. Фізкультурне виховання, як вважає І.С Барчуков, Є.А. Пеньковський [2] орієнтоване на виконання соціального замовлення суспільства з підготовки працеспроможних здорових фахівців. Вважається, що одним із чинників, що детермінують стан здоров'я, є рівень сформованості рухової компетенції у студентів. Як визначальна функція дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ, формування рухової компетенції, забезпечує збереження і зміцнення здоров'я студентів [1, 7].

Здоров'язберігаючі компетенції студентів ВНЗ, як визначає А.Ю. Григорьев зі спів. [5] знаходять своє відображення у їхній конструктивній поведінці, яке сприяє збереженню здоров'я, підтримання його на високому рівні. Останнє, відповідно, є гарантом забезпечення якості подальшої виробничої праці. На сьогодні, згідно думки О.Д. Дубогай зі спів. [1], Н.Н. Завидівської [6], дійсний рівень психофізичної підготовленості випускників ВНЗ не відповідають сучасним вимогам професійної діяльності. В цьому разі мова йде вже не просто про стан здоров'я студентів ВНЗ, а про майбутнє України. Постановка цих питань особливо актуальна у зв'язку з тим, що соціальним замовленням сьогодення є забезпечення високоякісних фахівців.

У наукових працях [1-11] наголошено, що успіх підготовки фахових спеціалістів залежить від багатьох факторів, одним з яких є система фізичного виховання у ВНЗ. Саме вона, на думку, зокрема І. С Барчукова, Є.А. Пеньковського [2] посідає особливе місце та відповідальність з оздоровчої діяльності, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим. На сьогодні, за повідомленням Н.Н. Завидівської [6] гостро повсталася проблема створення нової гуманістичної моделі впровадження здоров'язберігаючих заходів у вищих навчальних закладах. Аналіз досліджень цього питання [1-11] є підставою висновку щодо серйозних негативних наслідків, до яких призводить недооцінка впливу фізичної культури на процес здоров'язбереження. На думку В. І Столярова [7], провідну роль в його організації повинне відігравати особистісно-орієнтований процес фізичного виховання, що дає можливість створити сприятливі умови для забезпечення оволодінням здоров'язберігаючими компетенціями студентами.

Мета роботи – виявлення аспектів формування здоров'язберігаючих компетенцій у студентів ВНЗ в процесі їхнього фізичного виховання.

Методи дослідження: теоретичний аналіз, систематизація, порівняння, узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, загально-наукові методи теоретичного рівня: аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, індукція та соціологічні (анкетування).

Виклад основного матеріалу дослідження. Вважаємо, що сама сутність поняття «здоров'язбережувальна компетентність» досліджена недостатньо, а також немає одностайності в його небагаточисельних трактуваннях, що пояснюється поліфункціональним характером даної дефініції. Систематизацією думок науковців [1-11] з'ясовано, що дефініція «рухова компетенція» розглядається як інтегроване поняття сукупності теоретичних знань, умінь, навичок, ціннісних орієнтацій, коректної реалізації індивідуальної рухової потреби через різні форми і засоби фізичної культури, що сприяє підтримці і зміцненню здоров'я. Відтак, серед складових ключових компетентностей, що забезпечують високий рівень психофізичної готовності випускників вищої школи, А.Ю. Григорьев зі спів. [5], Н.Н. Завидівська [6], В.І Столяров [7] виділяють компетентність здоров'язбереження. Головною особливістю цієї компетентності як педагогічного явища є те, що компетентність – це неспецифічні, абстрактні загальнопредметні логічні операції, а конкретні життєві вміння та навички. Практично означене інтегрується у готовність самостійно вирішувати завдання, пов'язані з інтенсифікацією розвитку професійно важливих фізичних здібностей, забезпечення стійкості підвищеного на цій основі рівня дієздатності, збереженню та зміцненню здоров'я. При цьому, як зазначено І.С Барчуковим, Є.А. Пеньковським [2], формування здоров'язберігаючих компетенцій передбачає не тільки медично-валеологічну інформативність студентів, але й застосування здобутих знань на практиці, володіння методиками зміцнення здоров'я й запобігання розвитку професійних захворювань в подальшому.

У структурі рухової компетенції А.Ю. Григорьев зі спів. [5], В.І Столяров [7] виділяють такі складові:

- інформаційні компетенції, що передбачають наявність у студента необхідного обсягу знань про своє здоров'я і фізичну культуру, способах зміцнення свого здоров'я засобами санітарії і гігієни, фізичного виховання, тощо;
- мотиваційні компетенції, що передбачають формування особистісно-значущих і суспільно-значущих інтересів і мотивів у студентів, розуміння значення фізичної культури для покращання стану здоров'я та підтримання на високому рівні свого психофізичного стану;
- діяльні компетенції, що передбачають формування навичок здоров'я і фізичної культури особистості, конструювання свого способу життя для досягнення фізичної досконалості;
- рефлексивні компетенції, що передбачають набуття студентами власного досвіду фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Згідно з твердженням А.Ю. Григорьев зі спів. основу формування здоров'язберігаючих компетенцій повинно бути покладено компетентнісний підхід як системоутворювальний фактор розвитку особистісних якостей студентів та формування позитивного ставлення до свого здоров'я. Для проведення аналізу детермінант, які забезпечують дієвість їх формування та інтеграції у студентів спробуємо їх конкретизувати. Узагальнення та поглядів дослідників [1-11], дають змогу в якості незалежних детермінант розглянути такі групи чинників:

- 1) чинники біологічної спадковості – це об'єктивно існуючі чинники та умови, які безпосередньо впливають на процес формування психофізичної готовності і, які представляють фактичну або потенційну цінність для формування її належного стану;
- 2) чинники соціального та фізичного оточення, які обумовлюють прояв культури здоров'я студентів в повсякденному житті та подальшій професійній діяльності;
- 3) чинники, що характеризують формування здорового способу життя;
- 4) поведінкові фактори студентів (споживання алкоголю, заняття фізичними вправами у вільний від навчання час, ціннісне ставлення до свого здоров'я тощо), що визначають індивідуальний потенціал здоров'я.

Отже, вважаємо, що урахування основних чинників формування здоров'язберігаючих компетенцій у студентів ВНЗ дозволяє виявити не тільки аспекти їхнього виникнення, але зробити висновок про те, що організувати ефективну роботу по її вихованню можливо тільки при обліку визначених детермінант, що впливають на даний процес.

На основі систематизації наявних думок з означеного питання [1-11], детермінанти визначаються наявністю стимулювального, цільового, орієнтаційного, функціонального, контролювального та оцінювального компонентів. Досягнення педагогічного ефекту у формуванні і реалізації студентським поколінням здоров'язберігаючих компетенцій здійснюється шляхом інтеграції вищезначених детермінант для забезпечення формування необхідних знань, вмінь та навичок здорового способу життя та практичного використання таких знань у фаховій професійній діяльності. У цьому сенсі представляється коректним з'ясувати поняття кожного складового компоненту визначених детермінант.

Стимулювальний компонент виражає глибoku зацікавленість та наявність особистісних смислів розв'язувати уявлення про здоров'я, про чинники, що впливають на його збереження в процесі професійної діяльності та про здоровий спосіб життя. Ці чинники, що забезпечують формування усвідомленого ціннісного ставлення студентів до власного здоров'я, ведення ними здорового способу життя методами, прийомами, засобами фізичного виховання в умовах освітніх установ. Означене зумовлює насамперед необхідність формування відповідної потреби у визначеному та бажання її задовольнити.

Цільовий компонент розглядається як уміння визначати особисті цілі, усвідомленим конструюванням конкретних дій, вчинків, які забезпечать досягнення бажаного результату оздоровчої діяльності. Реалізація цього компонента забезпечує істотне підвищення якості та рівня освіченості студентів з питань збереження свого стану здоров'я, та ролі здорового способу життя для підтримання високого рівня психофізичної готовності в процесі фахової діяльності.

Однак, дані досліджень [1-7] констатують, що близько 80 % студентів після закінчення курсу фізичного виховання ВНЗ повністю припиняють регулярні заняття фізичними вправами, або використовують їх ситуативно і нераціонально. Зазначена обставина найчастіше пояснюється відсутністю сталого цільового спрямування у свідомості студентів на здоров'язбереження.

Орієнтаційний компонент полягає в урахуванні обізнаності студентів щодо оздоровчої діяльності та її значення для забезпечення високого рівня продуктивності праці. У функції цього компоненту входить й теоретична підготовка в процесі фізичного виховання щодо здоров'язбереження. Значення теоретичних занять велике, тому що в ряді випадків це єдиний шлях для викладу студентам необхідних професійно-прикладних знань, пов'язаних з використанням засобів фізичної культури і спорту в процесі набуття ними здоров'язберігаючих компетенцій.

Орієнтаційний компонент визначається чинниками, що забезпечують формування усвідомленого ціннісного ставлення студентів до власного здоров'я, ведення ними здорового способу життя для забезпечення високопродуктивної професійної діяльності в подальшому. Смысловим ядром цього є самосвідомість, що припускає наявність у студентів цілей і мотивів, які спонукають до прояву культури здоров'я у повсякденному житті та професійній діяльності. Визначальним чинником виховання культури здоров'я, за твердженням І.С Барчукова, Є.А. Пеньковського [2], є створення умов для розвитку самосвідомості студентів, яка буде, насамперед, орієнтована на ціннісне ставлення до власного здоров'я.

У цьому зв'язку зазначимо, згідно отриманим даним лонгітудинальних досліджень у Національному університеті «Львівська політехніка», щодо усвідомлення студентами необхідності оздоровчої діяльності для забезпечення високого рівня психофізичної готовності засвідчують, більше половини студентів ставляться до неї байдуже (51,4 %) і негативно (11,3 %). Позитивне ставлення та визнання її необхідності відзначається у 38,9 % студентів. Значна частина опитаних студентів (41,7 %) невисоко оцінюють її роль в забезпеченні психофізичної готовності (58,1 %). Друга частина респондентів позитивно оцінюють потенціал оздоровчої діяльності у цьому напрямі. При цьому вважають, що заняття фізичною культурою і спортом не впливають на розвиток професійних готовності – 4,8 % респондентів.

На сьогодні доводиться констатувати, що переважна більшість студентів не орієнтована на формування здорового способу життя для поліпшення стану свого здоров'я, а оздоровча діяльність не розглядається студентами як засіб забезпечення їх психофізичної готовності. Зважаючи на все вищесказане, вважаємо, що необхідне обґрунтування і систематизація напрямків теоретичної підготовки, пов'язаних з уявленнями про здоров'я та здоровий спосіб життя, які забезпечують необхідні передумови для формування високого рівня психофізичної готовності студентів у процесі їхнього фізичного виховання.

Функціональний компонент – передбачає здатність використовувати знання, уміння, способи діяльності та можливості свого фізичного стану як базис для формування власних можливих варіантів дії, прийняття рішень, застосування нових форм взаємодії тощо в подальшій професійній діяльності.

Контролювальний компонент, що передбачає наявність чітких вимірників набутих здоров'язберігаючих компетенцій і результатів їхньої реалізації. Фактично це система заходів, що забезпечують перевірку запланованих показників фізичного виховання для оцінювання застосовуваних засобів й методів та для уточнення ефективності фізичного виховання, й на основі цього внесення відповідних коректив у цей процес. Це може здійснюватись за результатами анкетування щодо дослідження особливостей рухової активності в робочий та вільний час. Аналіз результатів створює уяву про їхню відповідність запланованим результатам (М.Я. Віленський, О.Г. Горшков [3]. Останнє є підставою прийняття необхідних корективних рішень. Об'єктивною основою для планування навчально-оздоровчого процесу фізичного виховання у СМГ є інформація, отримана в результаті контролю. Оптимальність наукових підходів і організаційно-методичних умов контролю студентів з відхиленнями у стані здоров'я забезпечують його ефективність у фізичному вихованні студентів.

Попри беззаперечну значущість цього аспекту, методичні положення, пов'язані з особливостями контролю формування здоров'язберігаючих компетенцій у студентів, на даний момент розроблені недостатньо. Реалізувати контролювальний компонент допомагає й система педагогічного контролю студентів з використанням комплексу інформативних показників, що характеризують їхню психофізичну підготовленість до майбутньої професійної діяльності.

Оцінювальний компонент, пов'язаний із здатністю студентів до самоаналізу, адекватного самооцінювання своєї

діяльності, що впливають на формування та успішну реалізацію здоров'язберігаючих компетенцій в професійній діяльності. Це знаходить своє відображення в активній, цілеспрямованій, самоконтрольованій діяльності студентів, спрямованій на збереження і зміцнення власного здоров'я та забезпечення високого рівня психофізичної професійної готовності.

Всі визначені компоненти в структурі загальної здоров'язберігаючої компетенції студентів тісно взаємопов'язані. Кожний компонент тією чи іншою мірою впливає на розвиток інших компонентів. Обґрунтовано, що оволодіння студентами здоров'язберігаючими компетенціями в процесі фізичного виховання є заданою нормою фізичної підготовки.

Висновки. Педагогічний процес формування рухової компетенції студентів у процесі фізичного виховання у ВНЗ спрямований на формування і розвиток теоретичних знань, практичних умінь, самореалізацію в сфері фізичної культури для покращання свого здоров'я й підтримки на високому рівні психофізичного стану.

Опосередкованим результатом і наслідком цілеспрямованого формування здоров'язберігаючих компетенцій студентів є збереження здоров'я, підтримка професійної працездатності, якості та надійності праці при оптимальному функціонуванні систем організму. У цьому контексті визначено головні складові компоненти: стимулювальний, цільовий, орієнтаційний, функціональний, контролювальний та оцінювальний. Інтеграції останніх уможлиблює забезпечення успішного формування необхідних знань, умінь та навичок здорового способу життя та практичного використання таких знань студентами у подальшій професійній діяльності.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці педагогічної технології формування рухової компетенції студентів

Література

1. Дубогай О.Д., Завидівська Н.Н., Ханікянц О.В. Фізичне виховання і здоров'я : навч. посіб. [за заг. ред. О. Д. Дубогай]. К. : УБС НБУ, 2012. 270 с.
2. Барчуков И.С., Пеньковский Е.А. Теоретические и практические основы физического обучения и воспитания студентов. М.: Инфо-М, 2006. 368 с.
3. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособ. [3-е изд., стер.]. М. : КНОРУС, 2013. 240 с.
4. Волкова Л.М., Евсеев В.В., Половников П.В. Физическая культура студентов: состояние и пути совершенствования : монография [2-е изд]. СПб.: СПб ГПУ, 2013. 153 с.
5. Григорьев А.Ю., Пономарев В.В. Формирование двигательной компетенции студентов в процессе физического воспитания в вузе. Красноярск: СибГТУ, 2011. 172 с.
6. Завидівська Н.Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів : монографія. К. : УБС НБУ, 2012. 402 с
7. Столяров В.И. Теория и методология современного физического воспитания : состояние разработки и авторская концепция : монография. К. : Олимп. лит., 2015. 704 с.
8. Bailey R., Kirk D. The routledge physical education reader. Routledge, 2008. 1420 p.
9. Green K., Hardman K. Physical education. Mayer & Mayer Verlag, 2005. 248 p.
10. Hardman K., Green K. Contemporari issues in physical education. Mayer & Mayer Verlag, 2011. 300 p.
11. Trzesniowski R. Kilka uwag o wychowaniu fizycznym. Warszawa : AWF. 2000. s. 37–41.

Чередниченко М. А.

Харьковская государственная академия физической культуры

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ В МОТОКРОССЕ НА МОТОЦИКЛАХ С КОЛЯСКОЙ

Цель: Теоретическое и экспериментальное обоснование методик специальной физической подготовки спортсменов в мотокроссе на мотоциклах с коляской с учетом их индивидуальных особенностей.

Материалы и методы: анализ структуры построения тренировочного процесса спортсменов в мотокроссе на мотоциклах с коляской.

Методы исследования: Теоретический анализ и обобщение литературы по проблеме исследования, педагогические наблюдения, анкетирование, тестирование, физиологические методы обследований, биомеханический анализ двигательной деятельности спортсменов, видеосъемка прохождения трассы, математическая обработка данных.

Результаты: В процессе проведенных исследований установлена значимость дифференцированного развития гемокardiореспираторных взаимоотношений функциональных систем организма спортсменов в целенаправленном повышении общей и специальной физической работоспособности. Определены основные положения и методы сравнительной деятельности спортсменов в подборе экипажа в мотокроссе на мотоциклах с коляской. Установлена определяющая особенность соотношения физических качеств в оценке профессиональной пригодности спортсменов в мотокроссе на мотоцикле с коляской.

Выводы: Определяющими факторами успешного выступления экипажа в мотокроссе на мотоцикле с коляской являются определенное для данного вида спортивной деятельности соотношение двигательных качеств, особенности протекания трофических процессов, показатель соревновательной надежности и степень согласованности чувства партнера.

Ключевые слова: специальная физическая подготовка, мотокросс с коляской, статическое напряжение, плиометрические нагрузки.