

особливості їхнього корекційного використання для підтримки певного рівня здоров'я та продовження періодів ремісії при хронічних захворюваннях;

2) практичне систематичне виконання фізичних вправ спрямованої дії;

3) емоційне задоволення, яке відчуває студент при виконанні певних фізичних навантажень у вигляді загальнонаправлених комплексів фізичних вправ або масових видів спорту.

Дотримання дидактичних умов, таких як: формування пізнавального інтересу до вивчення теоретичних знань із фізичного виховання студентів СМГ, професійна орієнтація в організації пізнавальної діяльності та демократичні взаємини між учасниками навчального процесу, дозволяє забезпечити ціннісно-орієнтаційну значущість змісту знань, умінь, єдність освітньої, розвивальної, виховної функції процесу навчання, розвиток мотиваційної сфери особистості, ціннісних орієнтацій, потреб у фізичній діяльності з метою підтримки та покращення власного здоров'я, забезпечують логічність зв'язків у всіх компонентах процесу навчання, а також формують системи дій і когнітивні зміни особистості, пізнавальну діяльність у цілому. Інтелектуалізація процесу фізичного виховання, завдяки застосування проблемного методу навчання на заняттях, спеціальних прийомів і завдань; залученню студентів до самостійної пізнавальної діяльності за рахунок упровадження в навчальний процес розробленого навчально-методичного посібника О.Д. Дубогай, знайшла своє відображення і на рівні теоретичних знань у галузі фізичної культури та цільового використання фізичних вправ спрямованої дії з метою підтримки та укріплення здоров'я студентів СМГ та у підвищенні інтересу та мотивації студентів до фізичного виховання, систематичних самостійних занять фізичними вправами, з метою підтримки та корекції стану здоров'я засобами фізичної культури.

ВИСНОВКИ. Процес формування та розвитку пізнавальної діяльності на заняттях із фізичного виховання потребує вдосконалення, пошуку нових ефективних методик, підвищення вимог до освітньої системи.

Дана обставина обумовлена соціальним замовленням на всебічно розвинену гармонійну та здорову особистість, яка повинна мати необхідну фізкультурно-оздоровчу освіту та рівень фізичної підготовленості, щоб відповідати вимогам освітньо-кваліфікаційної характеристики у майбутній професійній діяльності. Окреслено критерії сформованості спеціальних теоретичних знань студентів СМГ у процесі розвитку їх пізнавальної діяльності, а саме: сформованість основ методики оволодіння знаннями та спеціальними вміннями впровадження оздоровчої фізичної культури в систему життєдіяльності під час занять фізичними вправами; ступінь прагнення використання студентами спеціальних знань, необхідних для своєчасної допомоги організму при наявності хронічних захворювань в періоди загострень хвороби засобами фізичної культури; рівень загальної фізичної підготовленості студентів СМГ, сформованість спеціальних рухових навичок. З'ясовано, що варто акцентувати увагу на таких аспектах підготовки, що відображають рівень розвитку пізнавальної діяльності студентів СМГ у сфері фізичної культури. Це рівень знань (когнітивний), розробка проектів здорового стилю життя, реалізація індивідуальної програми оволодіння та подальшого використання студентами теоретичних знань щодо здоров'я збережувального способу життя та своєчасної корекції стану здоров'я засобами фізичної культури, контроль і самоконтроль, корекція і самокорекція.

ЛІТЕРАТУРА

1. Виленский М. Я. Конструирование личностно-развивающего подхода в физическом воспитании студентов / М. Я. Виленский // Физическая культура, спорт и туризм. Интеграционные процессы науки и практики; под ред. В. С. Макеевой. – Орел : ОрелГТУ, 2009. – С. 162–167.
2. Дубогай О. Д. Щоденник зміцнення здоров'я / О. Д. Дубогай – К. : Оріяни, 2002. – 60 с.
3. Завидівська Н. Н. Аксіологічні аспекти формування культури здоров'я студентської молоді у процесі фізичного виховання / Н. Н. Завидівська // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту – Л., 2009. – Т. 2, Вип. 13, – С. 47–53.
4. Kagan M. S. Chelovecheskaya deyatel'nost' / M. S. Kagan. – M. : Politizdat, 1974. – 323 s. – (Opyit sistemnogo analiza).
5. Makeeva V. S. Fizicheskaya kultura i zhiznedeyatel'nost' : [ucheb. posobie] / V. S. Makeeva, A. N. Savkin, A. I. Andronov ; pod red. V. S. Makeevoy. – Orel : OrYul MVD Rossii, 2006. – 54 s.
6. Пидкасистый П. И. Самостоятельная познавательная деятельность школьников в обучении / П. И. Пидкасистый. - М. : Педагогика, 1980. - 321 с.
7. Shamova T. I. Upravlenie obrazovatel'nymi sistemami : [ucheb. posobie dlya stud. ped. ucheb. zavedeniy] / T. I. Shamova, T. M. Davidenko, G. N. Shibanova. – 3-e izd., ster. – M. : Izd. tsentr «Akademiya», 2006. – 384 s.
8. Dubohai Oleksandra. Formation of a value-oriented competence of students from special medical groups in doing regular exercises./ Dubohai Oleksandra, Yevtushok Maryna, Filatova Zoya. // Journal of Health Sciences. Radom University in Radom. – Poland, 2014 – № 4(15). – P.141–148.

УДК 37.037

Жалій Р.В.

**Полтавський національний технічний університет імені Юрія Кондратюка
м. Полтава**

ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ ВНЗ УКРАЇНИ: СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Жалій Р.В. Формування валеологічної компетентності студентів технічних ВНЗ України: сучасний стан та перспективи.

У статті висвітлюються особливості формування валеологічної компетентності студентів технічних вишів України у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки та в позааудиторній діяльності. Розглядається специфіка цього процесу, спрямованого на майбутніх фахівців технічних напрямів підготовки. Розкриваються нормативні засади організації навчального процесу з фізичного виховання в руслі новел освітнього законодавства.

Ключові слова: валеологічна компетентність, рейтинг, секція, стимул, тьютор, фізична підготовленість.

Жалий Р.В. Формирование валеологической компетентности студентов технических вузов Украины: современное состояние и перспективы.

В статье освещаются особенности формирования валеологической компетентности студентов технических вузов Украины в процессе профессионально-прикладной физической подготовки и во внеаудиторной деятельности. Рассматривается специфика этого процесса, направленного на будущих специалистов технических направлений подготовки. Раскрываются нормативные основы организации учебного процесса по физическому воспитанию в связи с нововведениями образовательного законодательства.

Ключевые слова: валеологическая компетентность, рейтинг, секция, стимул, тьютор, физическая подготовленность.

Zhalij R.V. Formation valeological competence of students of technical universities of Ukraine: Current State and Prospects.

In the article features of formation valeological competence of students of technical universities in the Ukraine professionally-applied physical training and extracurricular activities. Valeological competence of students of technical universities seen as a vital component of their competence, one of the possible ways of formation of which is a professionally applied physical training of future specialists of technical training areas. The study examines the specifics of the process aimed at future professionals of technical training areas. It is noted that the fact of paying attention to such an important part in the lives of students appears to be positive in line with the general deterioration of the health problems of the nation, increasing incidence of young people. As future professionals of technical professions insufficient attention to exercise, despite the great intellectual and mental load plans, insist on mandatory inclusion in the curricula of students of technical training areas of physical education classes that promote formation needs to be healthy, set an example to others. Disclosed regulatory framework of educational process on physical education in mainstream educational stories legislation. It is concluded that the formation valeological competence of youth in modern Ukraine seems to be one of the key problems the solution of which is possible only through understanding of all subjects need to support the educational process of physical education students in any form. This process will be effective for the conditions of professional-applied physical preparation and expansion of educational activity outside recreational, wellness areas.

Key words: Valeological competence rating section, incentive, tutor, physical preparedness.

Сучасний етап становлення вищої освіти вирізняється появою низки проблем, які є наслідком демократизації освітньої сфери та спробами наблизити вітчизняні стандарти до рівня розвинених європейських країн. Шляхом прийняття нормативно-правових актів відбувається оновлення структури та змісту вищої освіти, впорядкування її завдань та функцій, однак через спроби досягнути й видозмінити всю систему, трапляються «прикрі» випадки недалекоглядності й меншовартості тих чи інших сфер діяльності студентів. Йдеться про важливу складову навчального процесу – фізичне виховання майбутніх фахівців різних напрямів підготовки у системі вищої освіти сучасної України.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Фізичне виховання є обов'язковим компонентом у системі надання освітніх послуг, причому йдеться про дітей та молодь загалом і в середній, і у вищій школах. Не секрет, що рівень захворюваності серед молодих осіб сьогодні високий, а його динаміка позитивна. Між тим держава визнає необхідність підвищення ефективності процесу формування валеологічної компетентності підростаючого покоління, а цей процес у вишах відбувається як у ході професійно-прикладної фізичної підготовки, так і позааудиторної роботи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Окреслена проблема не нова для вітчизняних науковців. У дисертаційному дослідженні О.Бондаренко визначаються організаційно-педагогічні умови формування валеологічної компетентності майбутніх учителів [1]. Науковець О. Гладощук розкриває педагогічні умови, які є оптимальними для зміцнення здоров'я студентів [2]. Науковий доробок Л.Долженка містить теоретичне обґрунтування проблеми фізичної підготовленості студентів та практичні рекомендації щодо проведення занять зі студентами з різним рівнем фізичного здоров'я [3]. Однак комплексне дослідження з питань формування валеологічної компетентності студентів в умовах технічного вищого навчального закладу в руслі новел сучасного законодавства відсутнє.

Формулювання мети та завдань роботи. Метою статті є висвітлення особливостей формування валеологічної компетентності студентів технічних вишів України у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки та в позааудиторній діяльності. Серед поставлених завдань вирізняємо розгляд специфіки цього процесу в умовах технічного вишу й розкриємо нормативні засади організації навчального процесу з фізичного виховання в руслі новел освітнього законодавства.

Виклад основного матеріалу дослідження. Валеологічну компетентність студентів технічних університетів розглядаємо як складову їхньої життєвої компетентності, одним із можливих шляхів формування якої є професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх фахівців технічних напрямів підготовки [4, с.160]. Валеологічна компетентність знаходить свій вияв у знаннях і навичках, ґрунтовній мотивації до занять фізичною культурою і спортом, активній рекреаційній та руховій активності. Майбутні фахівці технічних професій недостатню увагу приділяють фізичним вправам.

Зважаючи на великі навантаження інтелектуального й розумового планів, наполягаємо на обов'язковому включенню до навчальних планів студентів технічних напрямів підготовки занять із фізичного виховання, які сприятимуть формуванню потреби бути здоровим, показувати приклад іншим.

Формування валеологічної компетентності студентів технічних ВНЗ України здійснюється у ході професійно-прикладної фізичної підготовки (навчальна програма з фізичного виховання в технічних вишах включає, як правило, такі змістові модулі: «Спортивні ігри», «Гімнастика», «Легка атлетика») та в ході позааудиторної діяльності (секції, змагання, використання інших засобів фізичного виховання: туризм, рухливі ігри та ін.).

На нашу думку, слід визначити основні елементи її формування та особливості кожного з них.

- 1) Ознайомлення студентів зі змістом навчальної програми з фізичного виховання, основним понятійним апаратом, подання загальної характеристики спортивних досягнень студентів їхнього університету на змаганнях різних рівнів: спартакіадах, універсіадах, чемпіонатах України, Європи, світу тощо. Основними формами робіт є підготовка повідомлень, реферативних досліджень, лекторії, зустрічі зі спортсменами, які можна планувати як у навчальний, так і в позанавчальний час.
- 2) Здійснення загальної фізичної підготовки. Не секрет, що неможливість виконати ті чи інші нормативи, передбачені державною навчальною програмою, своїм наслідком мають небажання студентів відвідувати заняття, тому варто запланувати необхідну кількість годин для загальної фізичної підготовки та відводити необхідну кількість навчальних занять для підготовки до виконання контрольних нормативів, закріплення навичок.
- 3) Власний показ виконання тих чи інших вправ чи демонстрація її виконання студентом, котрий добре володіє відповідними навичками. З психологічної точки зору, це сприятиме впевненості у виконанні студентом конкретних нормативів.
- 4) Вироблення потреби у фізичному самовдосконаленні, занять з різних видів спорту, підвищення рівня рухової активності.
- 5) Усвідомлення необхідності рухової активності, розуміння залежності фізичних навантажень та хорошого самопочуття, гарної статури, належної форми.

У контексті окресленої проблеми варто нагадати, що підготовка фахівців у вищій школі (за винятком майбутніх фахівців сфери фізичної культури та спорту) завжди здійснювалася з обов'язковим вивченням навчальної дисципліни «Фізичне виховання», бо завдяки цьому вдається дбати про здорову націю, а основи здорового способу життя, профілактика багатьох захворювань – то пріоритет середньої та вищої шкіл у нашій країні. Це чітко визначає п.4.ст. 26 нового Закону України «Про вищу освіту», де вказуються завдання вищої школи, які полягають у: формуванні особистості шляхом патріотичного, правового, екологічного виховання, утвердження в учасників освітнього процесу моральних цінностей, соціальної активності, громадянської позиції та відповідальності, здорового способу життя.

Нагадаємо, що чинний нині Закон України «Про фізичну культуру і спорт» від 24 грудня 1993 року містить норми ст. 26. Фізична культура у сфері освіти: «Фізична культура у сфері освіти має на меті забезпечити розвиток фізичного здоров'я учнів та студентів на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів та форм фізичного виховання і масового спорту, безперервності цього процесу протягом усього життя».

У додатку до листа Міністерства освіти і науки України від 25.09.2015 року, який був надісланий у ВНЗ України після обговорень у профільному міністерстві, звернень колективів фізичної культури вишів з проханням не перетворювати сферу фізичної культури у другорядну. Тому у рекомендаціях щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах чітко визначаються можливі моделі системи фізичного виховання зі збереженням його у змісті підготовки фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» [5]. Важливий принцип невичерпності запропонованих форм залишає елемент креативності та розширює можливість для активізації діяльності і в межах навчально-виховного процесу, і в позааудиторній роботі. У листі визначаються різні можливі варіанти. Хочемо звернути увагу на те, що передбачається індивідуальна форма роботи, яка реалізується шляхом закріплення за кожним студентом працівника кафедри фізичного виховання чи іншого спеціалізованого підрозділу, який виконує роль тьютора з питань оздоровлення та фізичного розвитку. Позитивними, на нашу думку, є альтернативні види заохочень: рейтинг, стимули, змагання, медійні технології, сертифікати кваліфікації. Норми ще одного підзаконного акту – Постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» від 9 грудня 2015 року – містять доручення уряду місцевим адміністраціям та профільним міністерствам проводити щорічну оцінку фізичної підготовленості населення України з 2017 року [6].

Відмітимо, що факт звернення уваги на таку важливу складову у житті студентів видається позитивним у руслі проблеми загального погіршення здоров'я нації, підвищення рівня захворюваності молодих осіб. Проте винятково рекомендаційними засобами проблема нівелювання фізичного виховання та переведення цієї важливої дисципліни в категорію меншовартісних вирішена не буде.

ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Отже, формування валеологічної компетентності молоді в сучасній Україні видається однією з ключових проблем, вирішення якої можливе тільки через розуміння всіма суб'єктами навчального процесу необхідності підтримки фізичного виховання студентів у будь-яких формах. Йдеться про чиновників різних рівнів, керівників вишів, викладачів профільних кафедр, студентів. Зменшення аудиторного навантаження не повинне відбиватися на такій важливій сфері діяльності сучасної молоді й майбутнього конкурентоспроможного фахівця. Цей процес буде ефективним за умов здійснення професійно-прикладної фізичної підготовки та розширення системи поза навчальної діяльності рекреаційного, оздоровчого спрямування.

Перспективними напрямками подальших наукових досліджень визначаємо такі:

- необхідність науково-теоретичного обґрунтування необхідності фізичного виховання молоді в умовах вищої школи та належне навчально-методичне забезпечення цього процесу;
- ініціювання розробки та затвердження концепції фізичного виховання дітей та молоді з обов'язковим відображенням ролі освітніх закладів в цьому процесі;
- вивчення досвіду інших держав щодо організації навчальних занять з фізичного виховання, секційної роботи, пріоритетних напрямків розвитку учнівського та студентського спорту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Bondarenko O.M. Formuvannya valeolohichnoyi kompetentnosti studentiv pedahohichnykh universytetiv u protsesi profesynoyi pidhotovky. : Dys... kand. nauk: 13.00.04 – 2008 // [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu : <http://www.lib.ua-ru.net/diss/cont/344325.html>.
2. Hladoshchuk O.H. Pedahohichni umovy vdoskonalennya kultury zmitsnennya zdorov'ya studentiv u vyshchomu navchal'nomu zakladi: avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. ped. nauk: – K., 2008. – 24 s.
3. Dolzhenko L.P. Fizychna pidhotovlenist' i funktsional'ni osoblyvosti studentiv iz riznym rivnem fizychnoho zdorov'ya: avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. nauk iz fizychnoho vykhovannya i sportu: spets. 24.00.02 «Fizychna kultura, fizyчне vykhovannya riznykh hrup naselennya» / L.P. Dolzhenko. – K., 2007. – 21 s.
4. Zhalyy R.V. Valeolohycheskaya kompetentnost' studentov tekhnicheskyykh vuzov Ukrainy: teoretycheskoe obosnovanye kryteryev y urovney ee sformyrovannosti // Psykholohycheskye, pedahohycheskye y medyko-byolohycheskye aspekty fizycheskoho vospytanyya. Monohrafiya. Pod red. A.P.Romanchuka, Y.V.Moroza. – Odessa: «Yurydychna literatura». – 2014. – S. 159-169.
5. Lyst MON «Shchodo orhanizatsiyi fizychnoho vykhovannya u vyshchyykh navchal'nykh zakladakh» vid 25.09.2015 # 1/9-454 // [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu : <http://old.mon.gov.ua/ua/about-ministry/normative/4440>.
6. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy «Pro zatverdzhennya Poryadku provedennya shchorichnoho otsinyuvannya fizychnoyi pidhotovlenosti naselennya Ukrainy» vid 9 hrudnya 2015 roku # 1045 // [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu : <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=248719427>.

УДК 796.41:14

Завальнюк О. В.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

ФІЛОСОФСЬКА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ФІТНЕСУ ЯК СКЛАДОВОЇ ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЛЮДИНИ

У статті аналізується філософський погляд на фітнес як діяльність, спрямовану на гармонійний розвиток і зміцнення фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я людини. У суспільстві фізична культура пов'язана з постійним збільшенням кількості видів спорту, появою нових напрямів фізкультурно-оздоровчої діяльності та зростанням популярності нетрадиційних систем фізичних вправ. Фітнес, як відносно новий вид фізкультурно-спортивної діяльності, набуває все більшої популярності. Філософська інтерпретація дозволяє розглянути фітнес не тільки як елемент фізичної культури та спорту, але й як складне, багатогранне, поліфункціональне соціальне явище, як сукупність матеріальних і духовних цінностей, як складну динамічну керовану систему та специфічний продукт оздоровчих, рухових і видовищних послуг.

Ключові слова: філософська інтерпретація, фітнес, здоров'я, особистість, тренер, велнес, культура, індустрія, діяльність, активність, явище, спосіб життя.

Завальнюк Е. В. Философская интерпретация фитнеса как составляющей здоровья и благополучия человека.

В статье анализируется философский взгляд на фитнес как деятельность, направленную на гармоничное развитие и укрепление физического, психического, духовного и социального здоровья человека. В обществе физическая культура связана с постоянным увеличением количества видов спорта, появлением новых направлений физкультурно-оздоровительной деятельности и ростом популярности нетрадиционных систем физических упражнений. Фитнес, как относительно новый вид физкультурно-спортивной деятельности, приобретает все большую популярность. Философская интерпретация позволяет рассмотреть фитнес не только как элемент физической культуры и спорта, но и как сложное, многогранное, полифункциональное социальное явление, как совокупность материальных и духовных ценностей, как сложную динамическую управляемую систему и специфический продукт оздоровительных, двигательных и зрелищных услуг.

Ключевые слова: философская интерпретация, фитнес, здоровье, личность, тренер, велнес, культура, индустрия, деятельность, активность, явление, образ жизни.

Zavalniuk E. V. Philosophical interpretation of fitness as part of its health and well-being.

The article examines the philosophical sense of fitness as activities aimed at the harmonious development and strengthening of physical and spiritual health. Improving the physical culture of the society due to the constant increase in the number of sports, the emergence of new areas of sports activities, the growing popularity of non-traditional exercise. The basis of the content and process of spiritual development is the development of intellectual and physical abilities of man, his ethical and aesthetic qualities that harmoniously combines spiritual wealth, moral purity and physical perfection. The main factor behind the creation of harmoniously developed personality is the physical culture and sports. Life is not determined only by the nature of