

ВИСНОВОК. Подальше розгортання дидактичної системи фізичної культури та спорту потребує концентрації зусиль дослідників багатьох галузей сучасної науки, відкриття нових законів існування чоловіка у всесвіті.

ЛІТЕРАТУРА

- 1.Арзютов Г.Н. Теория и методика поэтапной подготовки спортсменов (на материале дзюдо). Диссертация док. пед. наук: – Киев, 2001. 13.00.04 - теория и методика профессионального образования и 13.00.02 - теория и методика обучения физической культуре и спорту.
- 2.Арзютов Г.Н. Теория и методика поэтапной подготовки спортсменов (на материале дзюдо). Автореферат дис. док. пед. наук: - Киев, 2001.13.00.04 - теория и методика профессионального образования и 13.00.02 - теория и методика обучения физической культуре и спорту.
- 3.Бернштейн Н. А. Избранные труды по биомеханике и кибернетике. М.: СпортАкадемПресс,2001.-295 с.
4. Анохин П. К. Узловые вопросы теории функциональных систем. - М. Медицина, 1990.-196 с.
- 5.Арзютов Г.Н. Многолетняя подготовка в спортивных единоборствах. К.:НПУ имени М.П. Драгоманова. 1999. - 410с.

Аннотация. Саенко С.В. Законы и закономерности при построении движений на занятиях физического воспитания в ВУЗе.

В статье представлены результаты теоретического и экспериментального исследования о законах и закономерностях дидактики, которые влияют на построение движений на занятиях физического воспитания в ВУЗе.

Ключевые слова: дидактика, законы, закономерности, построение движений, физическое воспитание, высшее учебное заведение, борьба на поясах алиш.

Annotation. Saenko S.V. Laws and conformities to law at the construction of motions on employments of P.E in Institution of higher learning.

In the article the presented results of theoretical and experimental research about laws and conformities to law specialists in didactics, that influence on the construction of motions on employments of P.E in INSTITUTION of higher learning.

Key words: didactics, laws, conformities to law, construction of motions, P.E, higher educational establishment, fight on the belts of alysh.

**Сичов С.О., Сиротинська О.К.
Національний технічний університет України "КПІ"**

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТОК ГОТОВНОСТІ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

У статті проаналізовано стан проблеми формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою. Уточнено зміст готовності студенток до самостійних занять фізичною культурою в умовах навчання, визначено її компоненти, критерії, показники та рівні сформованості.

Ключові слова: студенти, готовність, навчання, заняття, фізична культура.

Постановка проблеми. Важливим напрямком діяльності вищих навчальних закладів є пошук нових форм зміцнення здоров'я студенток у процесі їх навчання і виховання, впровадження здоров'язберезувальних

технологій у навчально-виховний процес, охоплення студенток заняттями фізичними вправами, залучення до оздоровчої діяльності, формування у них готовності до самостійних занять фізичною культурою. Особливого значення набувають цілеспрямованості дії щодо збереження стану здоров'я студенток, яке є невід'ємною складовою частиною здоров'я нації в цілому і має провідне значення для забезпечення сталого розвитку суспільства. Збереження здоров'я нації – об'єктивна необхідність сьогодення, тому зусилля молоді дівчини повинні бути спрямовані на відновлення втрачених резервів здоров'я, збереження і продовження здорового роду, забезпечення високої соціально-творчої активності і професійної діяльності. Саме вища школа є останнім кроком майбутніх фахівців до самостійної життєдіяльності, і саме це покладає на них велику відповідальність за стан здоров'я та рівень фізичної підготовленості студенток, а також сформовану готовність до самостійних занять фізичною культурою. Таким чином, формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою в процесі навчання і виховання у вищому навчальному закладі є актуальним і потребує удосконалення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій різних аспектів удосконалення системи фізичного виховання студентської молоді присвячені роботи В.А.Бабаліча, В.Г.Бабенко, С.Н.Бубки, Г.Є.Іванова, Т.В.Іваненко, Є.А.Захаріна, С.Ю.Путрова, С.О.Сичова. Водночас теоретичний аналіз наукових досліджень свідчить про те, що проблема формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою як у теоретичному, так і в практичному аспектах досліджена недостатньо. Зокрема ґрунтовно не проаналізовані зміст готовності студенток до самостійних занять фізичною культурою в умовах навчання, не визначено її компоненти, критерії, показники та рівні сформованості.

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 фізичного виховання Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут».

Формування цілей роботи полягає в уточненні змісту готовності студенток до самостійних занять фізичною культурою в умовах навчання, визначенні її компонентів, критеріїв, показників та рівнів сформованості.

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

Об'єктом дослідження були студентки I-II курсів денного навчання Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут» (експериментальна група 22 студентки; контрольна 26 студенток).

Результати дослідження.

За результатами вивчення наукових праць з досліджуваної проблеми з'ясовано, що метою удосконалення навчально-виховного процесу з фізичного виховання є сформованість готовності до самостійних занять фізичною культурою, яка передбачає усвідомлення й обґрунтування студентками власного вибору. Однак, слід визначити, що передбачені навчальним планом самостійні заняття фізичними вправами не підготовлені проводити понад 70% студентів I-III курсів. Нерозуміння студентами необхідності занять фізичними вправами

поєднується з низькою руховою активністю під час їхнього дозвілля і поганою самоорганізацією власного режиму дня. Тільки 7,4% юнаків і дівчат відвідують заняття в спортивних залах, переважно у вихідні дні й рідко протягом тижня. Близько 7% студентів виконують загартовуючі процедури, 65-70% студентів обмежений час перебувають на свіжому повітрі. У 39% юнаків і дівчат відпочинок має здебільшого пасивний характер [4, 5].

У сучасній педагогічній науці розробляється значна кількість різноманітних виховних програм і методик, які мають на меті забезпечити успішність формування гармонійно розвинутої особистості засоби фізичної культури. Теоретико-методологічну основу нашого дослідження становить особистісно орієнтований підхід до виховання. Відповідно до цього підходу, вихідним положенням якого виступає ідея формування готовності особистості до самостійних занять фізичною культурою і розглядається як процес творення людиною самої себе та навколишніх умов, розвиток її духовних вартостей. Останні постають вищим критерієм поведінки особистості, що дає їй змогу орієнтуватися і стверджуватися в світі. У зазначеному контексті формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою дорівнює їх позитивному емоційному переживанню, адже кожна особисто вироблена цінність неможлива поза відповідним переживанням.

У процесі проведення експериментальної роботи, спрямованої на формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою, нами уточнено зміст та сутність цього поняття, як складного інтегративного особистісного утворення, яке охоплює систематизовані знання про цінності фізичної культури, їх позитивне прийняття і мотивацію до застосування, уміння самостійно реалізовувати фізичну культуру у власній життєдіяльності. Крім того, формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою розглядається як складний психологічно-педагогічний феномен, який мотивує молодих дівчат спрямовувати свої зусилля на виконання фізичних вправ з метою зміцнення здоров'я, підвищення фізичної підготовленості, покращення функціонального стану організму, необхідного для індивідуального повноцінного та здорового життя.

Відповідно до результатів дослідження визначено структурні компоненти сформованості у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою: когнітивний компонент передбачає накопичення і систематизацію теоретичних знань студенток щодо користі фізичної культури з метою використання здоров'язбережувальних технологій у майбутній життєдіяльності; мотиваційно-ціннісний компонент передбачає наявність особистісної мотивації до готовності студенток самостійно займатися фізичною культурою та формування системи ціннісних орієнтацій й потреб у фізичній культурі; діяльнісний компонент передбачає наявність у студенток умінь оздоровчої, здоров'язбережувальної діяльності, готовності до практичного вміння, участі у фізкультурно-оздоровчих заходах і певного рівня фізичної підготовленості.

Визначено критерії сформованості у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою, а саме: оволодіння студентками теоретичними знаннями про фізичну культуру; сформованість особистої мотивації студенток до самостійних занять фізичною культурою; сформованість умінь оздоровчої, здоров'язбережувальної діяльності, готовності брати участь у фізкультурно-оздоровчих заходах і рівень фізичної підготовленості студенток.

Показники за своєю сутністю є ідентичними змісту зазначених критеріїв сформованості у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою. Відповідно до зазначених критеріїв та показників виявлено високий, достатній, середній, низький рівні сформованості у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою.

Високий рівень характеризувався ґрунтовними знаннями щодо сутності фізичного здоров'я, способів його збереження і зміцнення, розумінням своїх рухових можливостей; стійкістю потреби у розвитку свого фізичного здоров'я, емоційно-позитивних переживань фізкультурно-спортивної діяльності, прагнення до фізичного самовдосконалення; достатньо розвиненими вміннями фізичного самовдосконалення, активністю у фізкультурно-спортивній діяльності та творчою позицією в реалізації програми оволодіння фізичними вправами в процесі фізичного виховання.

Достатній мали студентки з належним рівнем знань щодо сутності фізичного здоров'я, способів його збереження і зміцнення, розумінням своїх рухових можливостей, достатній рівень потреби в розвитку свого фізичного здоров'я; такі студентки мали позитивну мотивацію до фізичного вдосконалення, проте в структурі емоційно-позитивних переживань переважали пізнавальні мотиви теоретичної спрямованості; схильність до самостійної фізкультурно-спортивної діяльності та фізичного самовдосконалення, але недостатню наполегливість, активність та творчість у реалізації програми оволодіння фізичними вправами в процесі фізичного виховання.

Середній рівень відзначається: фрагментарними знаннями щодо сутності фізичного здоров'я, способів його збереження і зміцнення, недостатнім розумінням своїх рухових можливостей, ситуативністю мотивації потреб у розвитку свого фізичного здоров'я, вибірковістю емоційно-позитивних переживань фізкультурно-спортивної діяльності, прагнення до фізичного самовдосконалення, які зумовлюються утилітарними цінностями; посередньо розвиненими вміннями фізичного самовдосконалення, зниженою активністю у фізкультурно-спортивної діяльності та реалізації програми оволодіння фізичними вправами в процесі фізичного виховання.

Низький рівень характеризувався: поверхневими знаннями щодо сутності фізичного здоров'я, способів його збереження і зміцнення, недостатнім розумінням своїх рухових можливостей; відсутністю потреб у розвитку свого фізичного здоров'я, неактивними емоційно-мотиваційними переживаннями фізкультурно-спортивної діяльності, запереченням важливості й необхідності фізичного самовдосконалення; недостатньо розвиненими вміннями з фізичної культури, пасивністю у фізкультурно-спортивній діяльності та реалізації програми оволодіння фізичними вправами в процесі фізичного виховання. Розроблена структура компонентів, критеріїв, показників та рівнів сформованості у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою дали змогу підібрати сукупність діагностичних методик і методів для її якісної оцінки: анкетування, індивідуальні та групові бесіди, педагогічне спостереження, розв'язання проблемних ситуацій, тестування рухових можливостей тощо.

В результаті проведення дослідження та аналізу отриманих даних було виявлено динаміку формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою в процесі навчання у навчальному закладі.

ВИСНОВКИ. Таким чином, нами встановлено, що формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою сприяє кращому пізнанню закономірностей здорового способу життя, рухових умінь і навичок, структури, функцій організму, забезпечує підвищення працездатності за рахунок розвитку фізичних якостей, внутрішню організацію життя та діяльності, розвиває почуття відповідальності та колективізму. Доведено, що позитивне ставлення студенток до фізичної культури розглядається як складний психолого-педагогічний феномен, який мотивує молодих дівчат спрямовувати свої зусилля на виконання фізичних вправ з

метою зміцнення здоров'я, підвищення фізичної підготовленості, покращення функціонального стану організму, необхідного для повноцінної індивідуальної життєдіяльності.

Згідно визначених структурних компонентів (когнітивний, мотиваційно-ціннісний, діяльнісний), критеріїв (знання, мотиви, ціннісні орієнтації, практичні вміння фізкультурної діяльності), показників (знання про сутність фізичної культури, способи збереження і зміцнення здоров'я, розуміння своїх рухових можливостей, емоційно-мотиваційні переживання фізкультурно-спортивної діяльності, прагнення фізичного самовдосконалення та уміння його здійснювати, активність у фізкультурній діяльності) та рівнів (високий, достатній, середній, низький) була запроваджена програма збагачення теоретичної та практичної обізнаності студенток у галузі фізичної культури.

Інтеграція теоретичної і практичної складових навчально-виховної роботи з метою посилення мотивації студенток до занять фізичною культурою досяглось шляхом запровадження тренінгових занять, зміни структури занять з фізичної культури, залучення студенток до спортивних змагань, передачі функцій викладача одній із студенток, формування вмінь самостійно займатися фізичними вправами.

Результати контрольних зрізів, які проводилися в експериментальній та контрольній групах, засвідчили позитивні зміни в рівнях сформованості у студентках готовності до самостійних занять фізичною культурою. Так, в експериментальній групі кількість студенток з високим рівнем сформованої готовності до самостійних занять фізичною культурою зросла на 10,3%; достатнім рівнем на 8,1%, із середнім рівнем на 6,8%, з низьким зменшилась на 17,6%.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми формування у студенток готовності до самостійних занять фізичною культурою. Тому подальші дослідження будуть спрямовані на удосконалення теоретичних і практичних складових навчально-виховного процесу з фізичної культури студентів навчальних закладів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Іваненко Т.В. Фізичне виховання: організація і методика проведення самостійних занять: [навч.-метод. посіб.] / Т.В.Іваненко, А.М.Гурєєва, Г.М.Петрова. – Запоріжжя: ЗНУ, 2008. – 70 с.
2. Козак Є.П. Організаційно-методичні основи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: [монографія] / Є.П.Козак, В.І.Мудрік, О.З.Леонов. – К.: Пед. думка, 2010. – 192 с.
3. Путров С.Ю. Тестування рівня знань студентів технічного університету з теоретичних аспектів дисципліни «Фізичне виховання» / С.Ю.Путров // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. журнал. – Харків, ХДАДМ (ХХПІ). – 2007. - № 6. – С. 238-240.
4. Сичов С.О. Прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури: теоретико-методичні засади: монографія / С.О. Сичов. – К.: НТУУ «КПІ», 2010. – 436 с.
5. 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.
6. Сущенко Л.П. Мета та завдання фізичного виховання у світлі цивілізаційного підходу: [навчальний посібник] / Л.П.Сущенко. – Запоріжжя: ЗДУ, 2002. – 81 с.

Аннотація. Сычев С.А., Сиротинская Е.К.. Формирование у студенток готовности к самостоятельным занятиям физической культурой.

В статье проанализировано состояние проблемы формирования у студенток готовности к самостоятельным занятиям физической культурой. Дополнено содержание готовности студенток к самостоятельным занятиям физической культурой в условиях учебной деятельности, определены компоненты, критерии, показатели и уровни их сформированности.

Ключевые слова: студенты, готовность, учеба, занятия, физическая культура.

Annotation. Sychov S.O., Syrotynska O.K.. Formation of girl-students' readiness for self-study physical education.

The paper analyzes the problem of forming the girl-students' readiness for self-study physical education. Completed the contents of girl-student's readiness for independent physical training in a learning activity, defined components, criteria, indicators and levels of formation.

Key words: students, readiness, learning, education, physical culture.

**Тищенко Т.Б.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова**

ОСОБЛИВОСТИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО ЗНАЧУЩИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ З ВОЛЕЙБОЛУ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У сучасних освітніх реаліях вищої фізкультурної освіти, що спираються на гуманістичну методологічну основу, провідним орієнтиром є особистісне становлення індивіда. Суспільству необхідні фахівці, здатні на основі інтеграції загальнолюдських і професійних цінностей реалізовувати в професії свій індивідуальний спосіб життєдіяльності, орієнтуватися на сучасні технології, напрацьовувати власну стратегію професійної діяльності, реально оцінювати свої можливості і нести відповідальність за результати своєї праці. Аналіз наукової літератури і власний досвід викладацької діяльності дозволили виявити професійно значущі якості майбутніх тренерів-викладачів з волейболу, які є сукупністю найбільш істотних, відносно стійких їх властивостей і характеристик, що обумовлюють ефективне виконання ними певних професійних функцій і визначають індивідуальний стиль тренерської діяльності.

Ключові слова: формування, професійно значущі якості, майбутніх тренерів-викладачів з волейболу у вищих навчальних закладах.

Актуальність. Кардинальні перетворення, що сталися в соціально-економічній і духовній сферах життя українського суспільства, зумовили необхідність модернізації і реформування системи вищої професійної освіти. При цьому компетентністний підхід упевнено займає позицію ключової методології модернізації вищої фізкультурної освіти і розглядається як конкретна концептуальна результативно-цільова основа проектування і управління освітнім процесом у вищих навчальних закладах. Проблема формування професійно значущих якостей особистості широко відображена у теорії і практиці педагогічної науки. У даний час склалася ґрунтовна науково-теоретична основа її вивчення (Ф.Н. Гоноболін, П.Ф. Каптерев, С.Н. Крутецький, Н.В. Кузьміна,