

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
ІІІ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 14–15 квітня 2016 року)

Суми
Сумський державний університет
2016

МОДЕРНІЗАЦІЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УАБС

Пилипей Л. П., д. н. фіз.вих., проф.
Сумський державний університет
Інститут бізнес-технологій «УАБС СумДУ»
kf.uabs@gmail.com

Вступ. Тільки здоровий студент буде успішно навчатися і в подальшому буде здатний конкурувати на сучасному ринку праці. Підвалини успіху закладають в навчальному закладі.

Організація і методи дослідження. З метою модернізації системи фізичного виховання у студентів I курсу було проведено комплексне дослідження.

На початку семестру у вересні 2015 року проведено анкетування на предмет:

- рівня сформування мотивації до занять фізичною культурою та спортом;
- рівня теоретичних знань зі здорового способу життя, валеології ППФП;
- статусу фізичної культури у їхньому мікросоціумі;
- інтересів, звичок, уподобань, місць і часу занять т.п. всього по 35 напрямках.

Для визначення початкового рівня фізичної підготовленості проведено тестування за повною програмою. З метою врахування і зниження суб'єктивних факторів було проведено психофізичне тестування з використанням методики і таблиць Анфімова.

Результати дослідження і їх обговорення.

На підставі анкетного дослідження встановлено, що тільки 12 % студентів I курсу мають приблизні уявлення з правил і техніки з окремих видів спорту: футболу, баскетболу та інших. І це при тій шкільній системі фізичного виховання, що навчає в кращому разі тільки елементів з видів спорту. А про фізичну культуру, науку про здоров'я немає і розмови.

Досліджено інтереси, звички, уподобання, побажання де і як проводити вільний час.

В результаті отримана така інформація про форми дозвілля і хоббі; статус здоров'я і фізичної культури у мікросоціумі; уявлення про шляхи успішного оволодіння професією; знання стану свого здоров'я; засоби і методика занять фізичною культурою і спортом, нетрадиційними системами оздоровлення; наявність інвентарю, умов для занять прикладними видами спорту.

Результати анкетування показали, що 22 % студентів бажають займатись плаванням; сучасними видами спорту – 20,1 %; аеробікою – 17 %; прикладними видами і футболом – по 12 %; волейболом – 9 %; баскетболом – 8 %; настільним тенісом – 5 %; легкою атлетикою – 3 %; карате – 2,4 %; дзю-до – 2 %; рештою видів спорту – 1 %.

Результати досліджень показують, що фізична культура і спорт займають значне місце поряд з іншими видами дозвілля студентів. Однак серед всіх респондентів фізкультурою і спортом займаються тільки 38,4 %. Причини цього найрізноманітніші. Так, відсутність умов та інвентарю за місцем проживання становить 69,1 %; відсутність знань з методики самостійних занять – 81,3 %; відсутність вільного часу – 64 %. Не сприяє формування мотивації до занять і система фізичної культури і спорту у школах – 36,1 %. Система фізичного виховання у школах побудована на принципах і програмах, які не враховують інтереси, мотивацію сучасної молоді. Не враховуються сучасні і популярні види спорту, системи оздоровлення у 94 %. Засоби фізичної культури не досить адекватні рівню підготовленості і умовам, в яких знаходяться студенти.

Основою побудови процесу фізичного виховання є нормативний підхід, при якому особа студента другорядна, а на перше місце виходить середній нормативний показник. Особа ж з її індивідуальними особливостями важлива тільки як засіб досягнення певного, заданого їй, спортивного показника.

В той же час серед студентів популярні види занять сучасними видами спорту – 22,1 %; дзю-до – 2 %; карате – 2,4 %; плавання – 22 %; військово-прикладні види – 12 %. Прагнення до здорової тілесності, тобто мати тільки "фігуру" або здорову купу м'язів і міцний кулак, спостерігається у 48,5 %.

На підставі дослідження сформовані навчальні групи за інтересами до певних прикладних видів спорту, розроблено реальну гнучку програму професійно-прикладної фізичної підготовки.

На підставі анкетування і тестування було створено 2 блоки місць занять за місцем проживання і один за місцем навчання студентів.

Використано моделі організації фізичного виховання:

1. Професійно орієнтовану. Розроблена програма з фізичного виховання, у якій використовуються комплекси вправ для кожного курсу навчання з елементами загально-фізичної підготовки та прямо орієнтовані на особливості майбутньої професії: бухгалтера, менеджера, економічної кібернетики, юриста, банкіра, фінансиста.

2. Традиційну. Фізичне виховання є в якості обов'язкової дисципліни з нарахуванням на неї кредитів, виставленням заліків та включенням до розкладу занять з наданням студентам можливості як відвідувати заняття з групою, так і займатись індивідуально в спортивних секціях.

3. Індивідуальну. Студенти академії займаються за індивідуальним графіком певного виду спортивного відділення (легка атлетика, настільний теніс, плавання, аква-аеробіка, фітнес-аеробіка, види єдиноборств, ЗФП).

Відповідно до побажань, інтересів студентів розподілено по секціям: футбол, футзал, баскетбол, волейбол, гандбол, настільний теніс, легка атлетика, плавання.

Висновки:

1. Тільки враховуючи і гармонійно поєднуючи світогляд студентів у двох аспектах – функціональному (прагматичному, утилітарному) і культурологічному (філософському), можна

створити ефективну систему професійно-прикладної фізичної підготовки у вузі.

2. Мотивація до занять поліпшилась, внаслідок чого тижневий руховий режим у студентів збільшився з 4 години в 1997 р. до 8 годин на тиждень у 2015 р.;

3. Середній бал з фізичного виховання становить 4,55 бали порівняно з 3,6 бала у 1997 р.

4. Врахування сфери мотиваційних інтересів, форм проведення занять з сучасних видів спорту дає можливість сформувати позитивну мотивацію до занять фізичними вправами у вузі.

5. Тільки поєднання психічних і духовних цінностей з біологічними і соціальними функціями зумовлює вищий рівень сприйняття студентами важливості здоров'я.

6. Наукове обґрунтування досліджень впливу сучасних видів спорту дасть можливість створити ефективну систему професійно-прикладної фізичної підготовки у вузах.

7. Існуюча система фізичного виховання в школах і вишів І-ІІ р.а. сформувала спотворене уявлення про фізичну культуру у студентів І курсу;

8. Відсутні елементарні уявлення про валеологію і здоровий спосіб життя;

9. Відсутнє знання про вплив фізичних вправ на організм людини.

В кращому разі студенти думають, що це головним чином потрібно для красивої мускулатури і постави, а про вплив руху на здоров'я на повну реалізацію психофізичного і духовного потенціалу – не знають.

Не сформовано уявлення, якщо цей об'єм руху відсутній, то порушується пропорція в роботі системи організму, що веде до депресії, перекосів у психіці, до потреби компенсувати це за рахунок алкоголю, куріння, а в подальшому до наркотиків і таке інше.