

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

СПЕЦИФІКА ПИТАННЯ ПРО ВИХОВАННЯ ОСОБИСТОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ СУЧАСНОЇ ВИЩОЇ ШКОЛИ

Кожевнікова Л., Дзюба З.

Миколаївський державний університет імені В.О. Сухомлинського

Анотація. У роботі висвітлюються питання про переорієнтацію навчально-виховного процесу на позиції розвитку особистої фізичної культури студентів.

Ключові слова: суспільство, студенти, самоідентифікація, особистість, особиста фізична культура, здоровий спосіб життя,

Актуальність. Загальновідомо, що в ієрархії особистісних утворень особиста фізична культура є інтегративним і найбільш складним формуванням молодого людини, адже вона дозволяє їй розвиватися у поєднанні з культурою суспільства, досягати гармонії знань та креативної дії, розуму та почуттів, фізичного та духовного. У фізкультурно-спортивній сфері максимально збалансовані та наближені особисті і суспільні інтереси, що сприяють формуванню здорового морально-психологічного клімату в різних соціально-демографічних групах. На сучасному етапі розвитку держави в умовах якісного перетворення усіх сторін життя суспільства зростають вимоги до фізичної підготовленості наших співгромадян, яка необхідна їм для успішної трудової діяльності. Перегляд парадигми розвитку суспільства обумовлює прийняття вищою школою особистісно-орієнтовної концепції. Суспільству необхідні особистості яскраві, самодостатні, які мають потребу в активній діяльності, здатних до свідомого вибору, а таку особистість повинен виховувати класичний університет з його гуманістичною орієнтацією. У студентів існує велика потреба у фізичному вдосконаленні, в активно-позитивному відношенні до фізичної культури взагалі і, в цьому сенсі, до особистої культури зокрема.

Актуальність проблеми виховання особистої фізичної культури у студентів очевидна. Про це говорять і інтенсивні наукові пошуки в цьому напрямку [2, 3, 5, 6]. Проте педагогічні наука і практика мають потребу в інтеграційно-методологічних і конкретно-концептуальних дослідженнях цієї проблеми.

Мета роботи полягала в аналізі науково-методичної, філософської, педагогічної літератури, визначенні напрямків сучасних наукових досліджень з проблематики виховання особистої фізичної культури.

Постановка проблеми. Десятиліттями система державного устрою формувала людину, яка практично не була готова до інноваційного стилю життя. Розвиваючись у рамках цієї системи, фізична культура втрачала соціокультурні функції і була у свідомості багатьох людей тотожною процесу фізичного виховання. Така трансформація з феномену культури в «педагогічний елемент» виховання знайшла своє відображення в особливостях розвитку фізичної культури як соціального явища, що розвивалося у парадигмі «людина для фізичної культури», а не навпаки — «фізична культура для людини». Практичне відчуження фізичної культури від людини, від її індивідуальних мотивів та потреб, визначило у суспільстві пасивне ставлення до фізичної культури. Треба визнати, що культура сьогодні — це складно-організована, багаторівнева та багатогранна динамічна структура, в якій громадське суспільство стає важливою ознакою цивілізованого суспільства, а особистість — критеріально визначеною рисою такого суспільства. Тому включення фізичної культури до конструкції особистості не може здійснюватися тільки на основі модернізації фізичного виховання. Актуальною стає проблема виховання особистої фізичної культури, яка в сучасній науці базується на змістовних характеристиках фізичної культури суспільства і розкривається з позиції більш високого рівня теорії культури. Культура повинна інтегруватися в суті самої особи студента, котрий функціонує в культурному середовищі як конкретний носій культурних цінностей, поєднуючи в собі загальне, властиве культурі в цілому і особисте, привнесене в культуру на основі індивідуального життєвого досвіду, рівня знань, світогляду, тощо. Студент у процесі культурного розвитку, перш за все, засвоює культуру, виступаючи об'єктом її впливу. Під цим

впливом формується особистість та розвиваються її здібності. Зважаючи на це, розробка концепції особистої фізичної культури може здійснюватися у таких напрямках:

— соціалізація особистості студента, що враховує потребу держави і спрямована на максимальну адаптацію молодого людини у суспільстві;

— орієнтація на максимальне розкриття індивідуальних здібностей, що враховує індивідуальні особливості, основні інтереси розвитку студента.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Фундаментальними компонентами методології виховання особистої фізичної культури є створення системи поглядів, переконань, ідеалів, а також традицій та звичаїв. Оскільки нація є нічим іншим як інтегральною сумою індивідів, що її складають, відчуття фізичної приналежності до живого тіла етносу і переживання духовної спорідненості між людьми не лише осмислюються, а й закріплюються в глибинній психіці як «дух народу». З огляду на це зрозумілим стає значення тієї першої фізичної реальності, якою є людське тіло, для національної само ідентифікації особистості, значення руху, тренування людської тілесності для зміцнення духовних засад такої людської спільності, як нація. [4].

Особливе занепокоєння нині викликає відсутність у більшості юнацтва усвідомлення себе як частини народу, співвідношення своєї діяльності з інтересами нації. Зарадити справі може створення такої системи освіти, яка виховувала б національно свідомих громадян України [7].

У багатьох різних поглядах на культуру найбільш інтегративним визначається:

- концепція культури, котра ґрунтується на розкритті процесу культурного розвитку;
- концепція, що акцентує увагу на духовне продукування;
- концепція свідомої організації і керівництва поведінкою та життєдіяльністю молодого людини [5].

З культурологічних позицій виховання особистої фізичної культури — це засвоєння суспільних (матеріальних і духовних) цінностей фізичної культури, тобто перетворення їх в особисті цінності.

Новий образ фізичної культури повинен визначати і нове культурологічне, гуманітарне мислення студентської молоді. Практика свідчить, що фізичне виховання спрямоване лише на рухову діяльність і не впливає на духовний розвиток і чуттєву сферу людини, разом з розвитком позитивних моральних якостей можуть формуватися асоціальна поведінка та егоїстична спрямованість особистості. Необхідне використання методів і технік, які б дозволили кожному студенту не тільки пізнати і зрозуміти, але й відчувати та співпереживати. І тому сьогодні, коли спостерігається значне послаблення виховної функції

вищої школи, фізична культура і спорт залишаються одними з не багатьох напрямків у життєдіяльності вузів, за якими може реально здійснюватися виховна робота зі студентами. Актуальними стають поліфонічність та поліритмічність у формуванні особистості, універсальність у поєднанні з динамікою та емоційною врівноваженістю, гармонією та чуттєвою культурою.

Специфічність формування у студентської молоді емоційної сфери не може відбуватися тільки в рамках традиційної системи навчання. Подолання технократизму вищої освіти повинно йти через розвиток емоційно-цінностних відношень. Це новий креативний погляд на гуманізацію та гуманітаризацію. Особливе місце в цьому повинні зайняти гуманітарні дисципліни, котрі базуються на загально філософських ідеях. Це один із шляхів введення спеціальної фізичної освіти у площину культури.

Виховання особистої фізичної культури як педагогічний процес складний та багатофакторний. Його можна вивчати і вдосконалювати спираючись на системну теорію, згідно якої ефект будь-якої діяльності залежить від адекватної мотивації діяння до цієї діяльності людей; на соціально-когнітивну теорію, характерною рисою якої є видатна роль, яку ця теорія відводить здатності людини до саморегуляції, самореалізації, розглядає пізнавальні процеси, процеси рухового відтворення, уваги, мотивації. Теоретичні пошуки визначили ще декілька концептуальних положень, які можуть бути основою у вихованні особистої фізичної культури у студентів. Так, інтерес до систематичних занять фізичною культурою здійснюється лише внаслідок внутрішньої мотивації, що виникає тоді, коли зовнішні мотиви та мета відповідають можливостям студентів, тобто є оптимальними (не дуже важкими але й і не легкими), коли студенти розуміють суб'єктивну відповідальність за їх реалізацію (І.М. Биховська, 1993). Тому виникла необхідність у зміні критеріїв оцінки фізичної підготовленості студентів. Сьогодні треба «відходити від оцінювання за рівнем фізичної підготовленості і надавати перевагу фіксуванню особистого прогресу відповідних показників» (Національна доктрина розвитку фізичної культури та спорту, 2004).

Необхідно розробляти новітні педагогічні технології, коли найвищою цінністю у фізичному вихованні студентів стає не виконання контрольних нормативів, не підготовка спортсменів, а виховання фізичної культури особистості, яка здатна до реалізації рухового компоненту своєї діяльності у навичках та вміннях здорового способу і стилю життя.

Розробка особистісного підходу — дуже специфічна теоретична і практична проблема. Її специфічність зумовлена перш за все тією обставиною, що особистість є чи не найскладнішим

утворенням у світі і одночасно — суб'єктом перетворення цього світу і самого себе. Серед фахівців набуває все більшого визнання думка, що всебічне дослідження і розвиток особистості — це фундаментальна комплексна наукова проблема, що потребує міждисциплінарного дослідження.

Переорієнтація навчально-виховного процесу на позиції професійно-прикладної фізичної культури неможлива без виховання у студентів особистої фізичної культури. Фізична культура у вищій школі повинна забезпечувати навчальні завдання факультетів з підготовки майбутніх фахівців з класичною університетською освітою.

Орієнтиром змісту освіти є праця на особистість. Колись роль студента в системі освіти мала виходити з потреб держави. Сьогодні акценти розставлено інакше: ми повинні виховати молоду людину такою, щоб вона могла вирішувати державні завдання за своїм покликанням, бути високоморальною, духовно розвинутою, мобільною в своєму розвитку. Адже корисна діяльність людини — це результат розвитку її розуму, інтелекту, здібностей, особистої фізичної культури.

Не можна скласти повного уявлення про педагогічний процес виховання особистої фізичної культури не відокремлюючи в ньому рухової культури, що належить до фундаментальних культурних цінностей. Як зазначала З. Меркулова (2004), рухова культура з одного боку — це естетична характеристика фізичних вправ, а з іншого — це прояв культури особистості, яка містить красу рухів, ритмічність дій, пропорційність форм тіла і забезпечує розвиток фантазії, творчої уяви, конструювання образу фізичної і духовної краси, що складає сутність поняття «рухова культура».

Деякі дослідники [1] вважали, що важливішим із поведінкових впливів є спеціально організовані форми рухової активності — заняття фізичними вправами і спортом. Оздоровчі ефекти такого роду — інструмент важливіших перетворень, котрі зміцнюють здоров'я людини і підвищують її життєздатність. Заняття фізичними вправами можуть формувати величезну кількість різних станів організму. Деякі з цих станів, освоєних багатовіковим досвідом використання фізичної культури, а в ХХ—ХХІ століттях — і методами наукового аналізу, виявилися дивно ефективними в оздоровчому відношенні. Проте, не тільки особливості функціонального стану, але й і інтереси людини, її праця та підготовка до праці визначають сенс використання певних вправ. Здорова людина може дозволити собі використовувати різноманітні засоби фізичної культури і спорту. Вона вільна у своєму виборі. У цій свободі вибору одне з найбільш важливих переваг здорової людини.

Теоретичні дослідження останніх років показують, що слабкий рівень теоретичних знань у галузі

фізичної культури та спорту багато в чому визначає пасивне відношення студентської молоді до самоорганізації здорового способу життя, до реального включення їх до фізкультурно-спортивної діяльності.

Висновок. Таким чином можна констатувати, що необхідність фізичної культури як навчальної дисципліни у вищому навчальному закладі визначається такими напрямками, як виховання самостійної, само розвинутої особистості, здібної робити свідомий вибір, уміння управляти процесом прийняття відповідальних рішень, підтримка соціально-обґрунтованого рівня фізичної підготовленості для професійної діяльності, протидія її засобами негативним факторам, які впливають на здоров'я, уміння самостійно використовувати засоби фізичної культури під час відпочинку, формування загальної і професійної культури, здорового способу життя. Розуміння сенсу занять дає можливість цілеспрямовано керувати процесом набуття знань, умінь та навиків, тобто процесом самовдосконалення. Не випадково кращими у педагогічному відношенні вважаються ті теорії навчання, які базуються на розумінні студентами сутності предмету, що вивчається.

Список літератури

1. Булич Э.Г., Мурахов И.В. Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции. — К.: Олимпийская литература, 2003. — 424 с.
2. Выдрин В.М., Курамышин Ю.Ф., Николаев Ю.М. Осмысление интегративной сущности физической культуры — магистральный путь формирования ее теории // Теория и практика физич. культуры. — 1996. — №5. — С. 59.
3. Лубышева Л.И. Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа // Теория и практика физич. культуры. — 1996. — № 1. — С. 12—15.
4. Мазур Л.О., Мартин П. Філософія життя й ідеологія українського національного тіловиховання // Традиції фізичної культури в Україні: Зб. наук. статей / За заг. ред. С.В.Кириленко, В.А.Старкова, А.В.Цьося. — К.: ІЗМН, 1977. — С.199.
5. Николаев Ю.М. О культуре физической, ее теории и системе физкультурной деятельности // Теория и практика физич. культуры. — 1997. — № 6. — С. 2.
6. Пономарев Н.И. Некоторые проблемы функционирования и развития теории физической культуры // Теория и практика физич. культуры. — 1996. — № 5. — С.55—58.
7. Приступа Є.Н., Бік О.В., Слимаковський О.В. Українські народні ігри в фізичному вихованні дітей // Традиції фізичної культури в Україні: Зб. наук. статей / За заг. ред. С.В.Кириленко, В.А.Старкова, А.В.Цьося. — К.: ІЗМН, 1977. — С.153.

Надійшла до редакції 15.11.2007

Кожевникова Людмила, Дзюба Зоя. Специфика вопроса о воспитании личной физической культуры студентов современной высшей школы..

В работе освещаются вопросы о переориентации учебно-воспитательного процесса на позиции развития личной физической культуры студентов.

Ключевые слова: общество, студенты, самоидентификация, личность, личная физическая культура, здоровый образ жизни.

Kozhevnikova Ludmila, Dzuyba Zoya. *Specific Features on development of personal physical culture for Contemporary Higher School students.* Mykolayev State University named after Sykhomlyns'ky.

There considered the aspects on reforming the learning and training process while the specificity of physical culture of the students is concerned.

Key words: society, students, identification, personality, personal physical culture, healthy way of life.

Нова книга

Сергієнко Л.П.

С32 Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОБС», 2007. — 271 с.
ISBN 966-7858-47-2.

У навчальному посібнику викладено зміст практикуму з теорії і методики фізичного виховання та робочої навчальної програми. У практикумі наведено короткий зміст лекцій. Фактично це конспекти лекцій, які особливо потрібні студентам заочного відділення та тим, хто навчається дистанційно. На практично-семінарських заняттях студенти можуть розв'язувати педагогічні завдання, проблемні ситуації, дидактичні і психологічні тести. Навчальний посібник доцільно використовувати при підготовці до семінарських занять, заліків та іспитів.

Навчальний посібник може бути корисним для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Може використовуватись в навчальному процесі студентів середніх навчальних закладів фізичної культури, училищ і коледжів, у роботі вчителів фізичної культури.



Нова книжка

Єфіменко П.Б.

Є91 Техніка та методика класичного масажу. — Харків: «ОБС», 2007. — 216 с.
ISBN 966-7858-49-9.

Навчальний посібник вміщує докладний опис техніки виконання основних та додаткових масажних прийомів. Детально описано методику масажу окремих частин тіла людини з точки зору процедури загального гігієнічного масажу. Значна увага приділяється спрямованості механічної дії окремих прийомів, що сприятиме більш чіткому диференціюванню структури часткового масажу з урахуванням анатомічної побудови масажованої ділянки тіла. Автором зроблено спробу уніфікувати термінологію щодо назв окремих масажних прийомів.

Розділи зі спортивного та лікувального масажу вміщують необхідний методичний матеріал для роботи як у спортивній команді, так і лікувальних установах.

Навчальний посібник розрахований на студентів та викладачів вищих навчальних закладів де викладається масаж, а також для тренерів, реабілітологів і масажистів різного профілю.

