

## **Організація процесу фізичного виховання учнів та студентів в умовах безперервної освіти**

У нормативних документах фізичне виховання та спорт визначаються як важлива сфера соціальної політики суспільства, як невід'ємне право кожної людини, ефективний засіб організації дозвілля та підвищення якості життя [1,2]. В основі системи фізичного виховання є ідеї розвитку особистого підходу, оптимізації та інтенсифікації навчально-виховного процесу. Конкретна людина є головним об'єктом і суб'єктом фізичного виховання.

Соціальні проблеми в суспільстві тісно пов'язані з проблемами здоров'я нації. Здоров'я дитини закладається та формується з перших днів життя.

У період навчання дитини в школі зростають її інтелектуальні запити та навантаження, наслідком чого є збільшення психоемоційного напруження, виникнення втоми, що сприяє появі стресових ситуацій, неврозів, станів депресії чи агресивності. У результаті формується негативне ставлення не тільки до навчального закладу, але й до процесу навчання в цілому.

На сучасному етапі освітні завдання фізичного виховання, пов'язані з навчанням знанням, методичним умінням та навичкам, вирішуються, як правило, недостатньо ефективно. Це є наслідком історично обумовленого вузького, «нормативного», підходу до фізичного виховання як способу лише фізичної підготовки молоді. При такому підході норматив, який відображає рівень фізичної підготовленості, стає основним критерієм ефективності фізичного виховання. Необхідність фізкультурної освіти, як правило, визнається, але учні та студенти не здобувають її в достатньому обсязі. У результаті учні та студенти виявляються не підготовлені до самостійного використання засобів фізичної культури для саморозвитку.

Ще однією проблемою є відсутність наступності фізичного виховання в середній школі та вищому навчальному закладі. Про це свідчить недостатній взаємозв'язок змісту практичного та теоретичного навчального матеріалів.

На цей час постала необхідність докорінних змін системи фізичного виховання як у середній школі, так і у ВНЗ на основі усвідомлення суті, цілей, завдань, змісту педагогічного процесу. Досягнення високих показників у системі підготовки гармонійно розвинутих фахівців неможливо без наукового підходу до організації фізичного виховання як у школі, так і у ВНЗ.

З 1991 року система безперервної освіти апробується на експериментальній площадці, що існує на базі Народної української академії, яка об'єднує дитячу школу раннього розвитку (ДШРР), спеціалізовану економіко-правову школу (СЕРПШ) та Харківський гуманітарний університет «Народна українська академія» (ХГУ «НУА»). За цей період традиційна система фізичного виховання поступово змінювалася, переслідуючи ціль досягти суттєвих змін у світогляді учнів та студентів відносно фізичної культури та спорту, сформувати в них потребу в регулярних заняттях, сприяти формуванню всебічно розвинутої особистості [8]. Безперервна освіта створює сприятливі умови для формування системи ціннісного орієнтування особистості на здоровий спосіб життя, а фізичне виховання забезпечує мотиваційну, інформаційну та функціональну готовність до нього.

На протязі останніх 10 років в Народній українській академії відбувався пошук ефективної системи організації занять з фізичного виховання в умовах безперервної освіти, результати якого відображено в «Авторській інтегрованій програмі неперервної підготовки з фізичного виховання та упровадження здоров'яформуючих технологій в Харківському гуманітарному університеті «Народна українська академія», розробленої викладачами кафедри в 2012 році.

Програма передбачає створення єдиної взаємозв'язаної системи фізичного виховання «школа – ВНЗ». При цьому соціально важливими результатами фізичного виховання стають не тільки фізичний розвиток та фізична підготовленість учнів та студентів, але й набуття знань, вмінь та навичок, необхідних для їх фізичного самовиховання. Не менш важливими результатами є створення умов для всебічного розвитку особистості, її фізичне та духовне оздоровлення, культурна організація вільного часу.

Програму укладено з урахуванням найбільш сприятливих вікових анатомо-фізіологічних періодів формування й розвитку фізичних якостей особистості; її побудовано на принципах пріоритетного й варіативного використання фізичних вправ, що дозволяють творчо планувати навчальний матеріал з урахуванням індивідуальних особливостей учнів і студентів.

Програма для кожного віку включає в себе теоретичний та практичний матеріали, матеріал для самостійної роботи, контрольні нормативи.

У Програмі подано систему фізичного виховання, яка відрізняється такими **особливостями**:

1. Фізична культура у ДШРР, де використовуються легкі фізичні вправи, спрямовані на укріплення м'язової системи, рухливі ігри на свіжому повітрі, фізкультхвилинки, що супроводжуються віршами та ін. Усе це поступово підготовлює дитину до наступних занять у школі.

2. Заняття з фізичної культури в СЕПШ мають такі особливості [3,9]:

- уведено три уроки з фізичної культури на тиждень, що дає можливість значно розширити види рухливої діяльності у варіативній частині програми;
- на уроках з фізичної культури класи розподілено за статевими ознаками, починаючи з п'ятого класу. Це пов'язано насамперед з необхідністю побудови навчального процесу з урахуванням відомих вікових та фізіологічних особливостей учнів;
- для 11-х класів розроблено та апробовано систему оцінювання учнів за кредитно-модульною системою [4]. Це дозволяє підготувати їх до вступу у ВНЗ і в подальшому вільно орієнтуватися на заняттях з фізичного виховання;
- діяльність спортивних секцій у СЕПШ та участь учнів старших класів в студентських спортивно-масових заходах і змаганнях є необхідною умовою для вирішення питання їх подальшої спортивної спеціалізації з видів спорту в університеті.

3. Заняття з фізичного виховання у ХГУ «НУА» мають такі особливості:

- навчальні групи в університеті формуються за секційним принципом (за видами спорту та спеціалізаціями), за статтю і з урахуванням бажань та базової підготовки студентів [10];

- на 1–2-х курсах уведено 4 години обов'язкових занять на тиждень. Протягом двох років студенти визначаються та обирають той чи інший вид занять залежно від своїх бажань та здібностей. На 3–5-х курсах продовжується фізичне вдосконалення студентів за допомогою занять у відповідних спортивних секціях;

- розроблено, апробовано та впроваджено нормативи з фізичного виховання для студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи та для спеціалізованих груп в залежно від виду спорту.

4. Запропонована система оцінювання згідно з кредитно-модульною системою стимулює студентів щодо регулярності занять, участі в спортивно-масових заходах, сприяє популяризації ідей здорового способу життя та поширенню розуміння необхідності занять фізкультурою та спортом [5-7].

Розділи програми I, II, та III присвячено організації занять у СЕПШ. У них особливу увагу приділено варіативній частині, наведено розподіл годин на різні види діяльності, описано особливості занять з учнями спеціальної медичної групи.

Підрозділ програми «Теоретична та методична підготовка» дозволяє сформувати систему теоретичних і методичних знань, практичних вмінь і навичок. Розділ програми «Завдання для самостійної роботи студентів» являє собою вимоги практично-методичного характеру й дозволяє планувати та виконувати мінімальний обсяг самостійної роботи в позанавчальний час.

Підрозділ програми «Контрольні завдання» дозволяє здійснювати контроль за засвоєнням пріоритетного навчального матеріалу. У підрозділі програми «Організація занять в умовах кредитно-модульної системи» наведено шкалу та критерії оцінювання.

Підрозділ «Навчальні програми для університету» розроблено з використанням навчально-методичних посібників викладачів кафедри і з урахуванням програмно-нормативних документів з видів спорту.

У Народній українській академії продовжується подальша творча робота з формування особистої фізичної культури учнів і студентів як частини їх загальної культури. Безперервна система освіти створює для цього усі можливості. В її межах відбувається необхідна демократизація управління фізичним вихованням: розгортання самоуправління та саморозвитку кафедри фізичного виховання; надання кафедрі права вносити зміни до програми фізичного виховання при збереженні базового змісту освіти, що призводить до розвитку варіативності та різноманітності педагогічних підходів у вирішенні завдань фізичного виховання учнів і студентів; усебічне стимулювання творчих пошуків вчителів фізичної культури та викладачів фізичного виховання, вимоги щодо постійного підвищення їх кваліфікації та професійної майстерності, систематичного проведення науково-дослідних робіт. Усе це сприяє високій ефективності процесу виховання усебічно розвинутого майбутнього покоління громадян України.

#### Перелік літератури

1. Фізичне виховання : навч. прогр. для вищ. навч. закл. України III–IV рівнів акредитації. – К., 2003. – 30 с.
2. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. – К., 2009. – 72 с.
3. Галяс В. В. Физическая культура в младшей школе как элемент целостной системы непрерывного образования / В. В. Галяс // Программа и материалы X науч.-практ. конф. учителей, работающих в системе непрерывного образования / М-во образования и науки Украины, Харьк. обл. гос. администрация, Нар. укр. акад. ; редкол.: В. И. Астахова и др. – Х. : Изд-во НУА, 2003. – С. 63.
4. Ганшина В. В. Методические рекомендации по физической культуре в 11-м классе СЭПШ: для учителей физ. культуры и учащихся (кредит.-модул.

система) / В. В. Ганшина, М. А. Красуля ; Нар. укр. акад. [каф. физ. воспитания и спорта] – Х. : Изд-во НУА, 2007. – 24 с.

5. Красуля А. В. Реформування системи освіти в галузі фізичного виховання відповідно до Болонського процесу / А. В. Красуля // Молодые ученые Харьковщины-2005 : программа и материалы конф. молодых ученых / Х. : Изд-во НУА, 2005. – С. 172

6. Красуля М. А. Физическое воспитание : метод. рекомендации для студентов и преподавателей физ. воспитания гуманитар. вуза (кредит.-модул. система) / М. А. Красуля ; Нар. укр. акад., [каф. физ. воспитания и спорта]. – Х. : Изд-во НУА, 2009. – 16 с.

7. Красуля М. А. Возможные критерии оценивания студентов по предмету «Физическое воспитание» в условиях кредитно-модульной системы / М. А. Красуля, В. С. Мунтян // Уч. зап. НУА / – Х. : Изд-во НУА, – 2006. – Т. 12. – С. 187–195.

8. Красуля М. А. Удосконалення системи фізичного виховання в умовах безперервної освіти / М. А. Красуля, А. В. Красуля // Вчені зап. Харк. гуманітар. ін-ту «Нар. укр. акад.» / Х. : Изд-во НУА, 2004. – Том X – С. 165–175.

9. Николаева С. В. Совершенствование системы физического воспитания в средней школе в условиях непрерывного образования / С. В. Николаева // Программа. и материалы X науч.-практ. конф. учителей, работающих в системе непрерывного образования, Харьков, 12 апр. 2003 г. / М-во образования и науки Украины, Харьк. обл. гос. администрация, Нар. укр. акад.; [редкол.: В. И. Астахова и др.]. – Х. : Изд-во НУА, 2003. – С. 73.

10. Черновол А. Н. Актуальность введения секционной формы организации занятий по физическому воспитанию в вузах / А. Н. Черновол // Молодые ученые Харьковщины-2010 : прогр. и материалы конф., [Харьков], 17 апр. 2010 г. – Х. : Изд-во НУА, 2010. – С. 77.