

## Тема 6. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ

6.1. Мета, завдання і зміст фізичного виховання студентів

6.2. Особливості організації та методики фізичного виховання у ЗВО

### 6.1. Мета, завдання і зміст фізичного виховання студентів



Фізичне виховання студентів – складова частина гуманітарної освіти, що сприяє формуванню особистості майбутнього фахівця у процесі становлення його професійної компетенції. Як навчальна дисципліна фізичне виховання у вищих навчальних закладах (ВНЗ) є актуальним для всіх студентів всіх спеціальностей.

У сучасному суспільстві фізична культура студентів набуває статус субкультури, суть якої полягає у виконанні біологічної, інформативної, естетичної, комунікативної, гедоністичної, компенсаторної і ряду інших, притаманних тільки фізичній культурі, функцій.

**Мета фізкультурної освіти у ЗВО – задовольнити об'єктивну потребу студентів у засвоєнні системи спеціальних знань, набуті професійно-значимі уміння та навички, забезпечити гармонійний розвиток фізичних якостей.**



Провадити педагогічну, навчально-тренувальну і оздоровчу роботу у сфері фізичної культури і спорту мають право громадяни винятково із спеціальною освітою або підготовкою за наявності диплома, посвідчення, сертифікату, котрі видані акредитованими навчальними закладами (ст. 30 „Кадрове забезпечення фізичної культури і спорту” Закону України „Про фізичну культуру і спорт”).

*Метою фізичного виховання у ВНЗ є сприяння підготовці гармонійно розвинених висококваліфікованих фахівців.*

Для досягнення мети фізичного виховання у ВНЗ передбачено вирішення таких завдань:

- 1) всебічний розвиток фізичних здібностей і на цьому підґрунті зміцнення здоров'я та забезпечення високої розумової і фізичної працездатності;
- 2) оволодіння спеціальними знаннями, формування потреби у систематичних заняттях фізичними вправами з використанням різноманітних форм;
- 3) досягнення загальної фізичної підготовленості в обсязі вимог і норм, які відповідають обов'язковій програмі ВНЗ;
- 4) забезпечення необхідної фізичної підготовленості в обсязі вимог обраного фаху;

- 5) знання основ організації і методики впровадження найефективніших видів рухової активності;
- 6) знання основ методики оздоровлення та фізичного вдосконалення традиційними і нетрадиційними засобами фізичної культури;
- 7) систематичне фізичне тренування з оздоровчим та спортивним спрямуванням;
- 8) освоєння організаційних умінь і навичок для проведення самостійних форм занять фізичної культурою.

**Фізичне виховання студентів включає три компоненти (Рис. 6.1.1):**

- власне фізичне виховання;
- студентський спорт;
- активне дозвілля.



**Рис. 6.1.1. Три компоненти фізичного виховання студентів**

Трикомпонентна структура фізичного виховання визначає специфіку виділення диференційованих цілей та педагогічних завдань кожного її структурного блоку. Для прикладу:

- у власне фізичному вихованні – суттєве скорочення термінів соціально-психологічної адаптації студентів до навчання у ВНЗ, підвищення їх соціальної активності, навчально-пізнавальної продуктивності та духовності;

- у студентському спорті, який являє собою узагальнену категорію діяльності студентів і підготовку до неї, метою є досягнення високих результатів у обраній спортивній спеціалізації;

- у сфері активного дозвілля – реалізуються біологічні, соціальні та духовні потреби студентів у руховій активності, здоровому способі життя, отриманні задоволення від занять різноманітними формами фізичної культури.

Зміст фізичного виховання забезпечує цілеспрямовану дію на фізіологічні системи організму з метою вдосконалення психофізичних, моральних і вольових якостей, ментальної та емоційної сфер життя студентів. Зміст фізичного виховання включає

сукупність різноманітних фізичних вправ, методів і методичних прийомів, форм, елементів організації, способів контролю та оцінки.

У законах України „Про фізичну культуру і спорт” та „Про освіту” визначено зміст фізичної культури студентів як самостійної сфери діяльності у соціокультурному просторі. Таким чином:

*Фізичне виховання – це соціально-педагогічний процес цілеспрямованої дії на людину, що здійснюється за допомогою фізичних вправ, природних загартовуючих засобів з метою зміцнення здоров'я, розвитку рухових якостей, удосконалення морфологічних і функціональних спроможностей, формування і покращання життєво необхідних рухових умінь, навичок і пов'язаних з ними знань, забезпечення готовності до активного життя і професійної діяльності.*

## **6.2. Особливості організації та методики фізичного виховання у ЗВО**

Основою державного стандарту фізичного виховання у системі вищої освіти є навчальні програми з фізичного виховання. Вони розробляються на підставі затверджених державних стандартів освіти різних рівнів підготовки та нормативних документів, які регламентують організацію навчально-виховного процесу у ЗВО, затверджуються Міністерством освіти і науки України як базові і визначають мінімальний рівень обов'язкової фізкультурної освіти, який держава гарантує на всіх етапах навчання (Рис. 6.2.1).



**Рис. 6.2.1. Організація та методика фізичного виховання у ЗВО.**

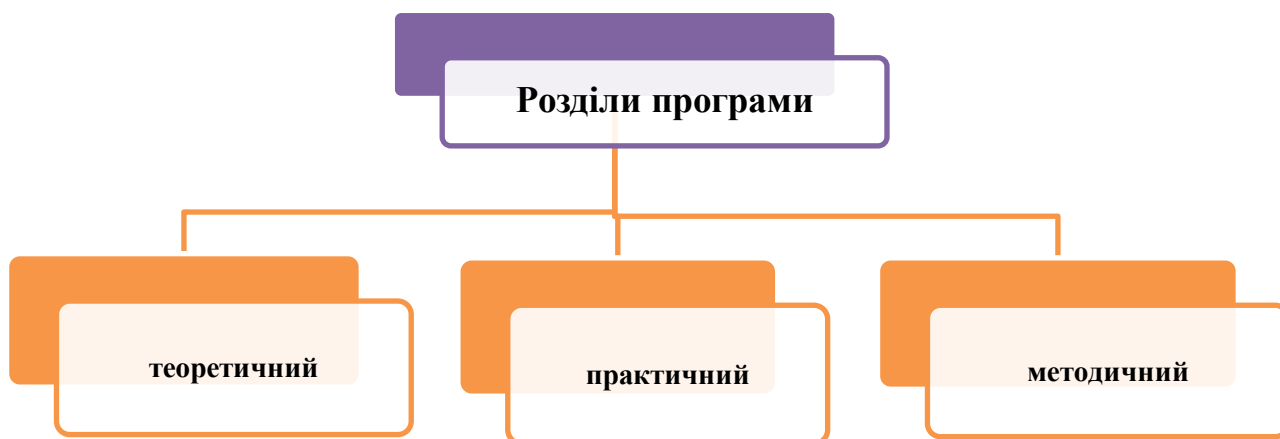
Положенням про організацію навчального процесу у ЗВО (1993) визначено, що навчальна програма нормативної дисципліни є складовою державного стандарту вищої освіти.

Отже базова програма з фізичного виховання для вищих навчальних закладів I-II, III-IV рівнів акредитації є основним нормативним документом, що регламентує її зміст, організацію та методику проведення. Це обумовлює введення предмету фізичного виховання до обов'язкових навчальних дисциплін, засвоєння яких проводиться за спеціальними програмами у межах суворо організованого навчального процесу і тільки під керівництвом викладачів зі спеціальною вищою освітою (Рис. 6.2.2).



**Рис. 6.2.2. Цільова установка базової навчальної програми з фізичного виховання**

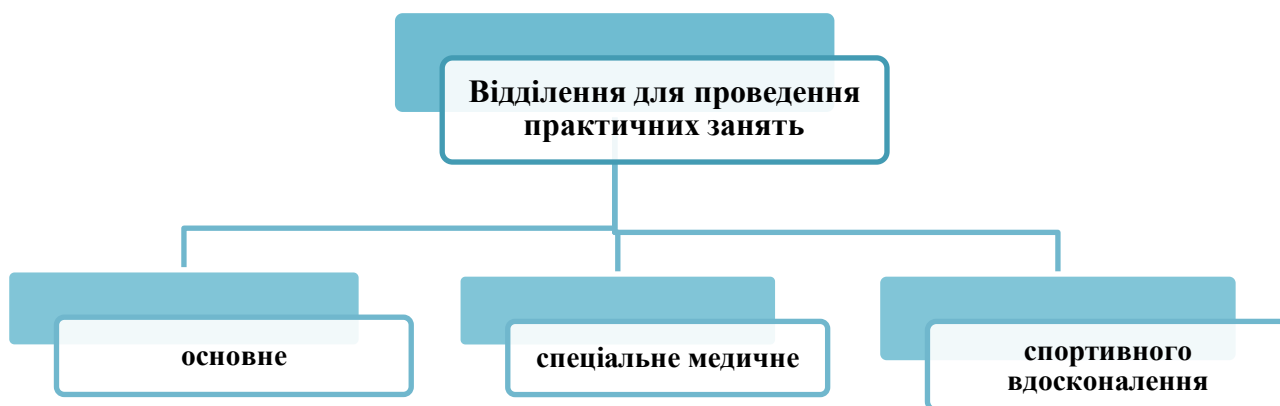
Структура базової навчальної програми з фізичного виховання передбачає поетапне протягом чотирьох років навчання на рівні бакалавра. На 1-му курсі мета фізичного виховання – адаптація до інтенсивної інтелектуальної діяльності, виховання стійкого інтересу до занять фізичною культурою та спортом. На 2-му курсі – всебічний розвиток організму; на 3-4-х курсах – формування потреби у здоровому способі життя (Рис. 6.2.3).



**Рис. 6.2.3. Структура базової навчальної програми з фізичного виховання**

Базова навчальна програма включає три розділи підготовки: *теоретичний, практичний, методичний*.

Для проведення практичних занять студенти розподіляються на три відділення: *основне, спеціальне медичне і спортивного вдосконалення* (Рис. 6.2.4).



**Рис. 6.2.4.** Для проведення практичних занять студенти розподіляються на три відділення

До **основного** навчального відділення зараховуються практично здорові студенти, які не займаються спортом. Основне навчальне відділення поділяється на основну та підготовчу групи. До основних груп належать студенти з достатньо високим рівнем фізичної підготовленості, які займаються загальною фізичною підготовкою (ЗФП), професійно-прикладною фізичною підготовкою (ППФП) та груп з окремих видів спорту. До підготовчих груп належать студенти з недостатньо високим рівнем фізичної підготовленості але без суттєвих відхилень у здоров'ї.

До **спеціального** медичного відділення зараховуються студенти, віднесені за даними медичного обстеження до категорії студентів з вадами здоров'я. Такі навчальні групи комплектуються за нозологічними ознаками.

До відділення **спортивного вдосконалення** зараховуються студенти з високим рівнем фізичної підготовленості, котрі бажають поглиблено займатися одним або кількома видами спорту, з яких проводяться навчально-тренувальні заняття у ВНЗ.



**Рис. 6.2.5.** Завідувач кафедри

Керівництво процесом фізичного виховання студентів здійснює кафедра фізичного виховання, яка може складатися з самостійних структурних підрозділів, відповідальних за окремі ділянки роботи. Керівництво кафедрою здійснює її завідувач, який є відповідальним за всі напрямки роботи кафедри. До складу кафедри входять професори, доценти, старші викладачі, викладачі та обслуговуючий персонал. Керівництво кафедрою здійснює її завідувач, який є відповідальним за всі напрямки роботи кафедри (Рис. 6.2.5). Рекомендовані структура та обсяг (у годинах на тиждень) навчальних занять фізичним вихованням для студентів різних категорій і груп представлені у таблиці 6.2.1.

Таблиця 6.2.1

**Рекомендовані структура та обсяг (у годинах на тиждень) навчальних занять фізичним вихованням для студентів різних категорій і груп**

<b>Рівень фізичної підготовленості студентів</b>	<b>Базовий компонент обов'язкових занять</b>	<b>Елективний компонент додаткових факультативних занять</b>	<b>Разом</b>
<b>Відділення ЗФП і ППФП</b>			
Середній і нижчий за середній	4	2	6
Вищий за середній	4	-	4
<b>Спортивне відділення</b>			
Початковий і середній (початківці, III, II спортивні розряди)	4	2	6
Високий (I розряд, КМС, МС, МСМК)	4	4-6	8-10
<b>Оздоровче відділення</b>			
Середній і нижчий за середній	4	2	6
Вищий за середній	4	-	4

*Примітки:*

- базовий компонент навчальної програми – незмінна частина; елективний компонент навчальної програми – змінна (вибіркова) частина програми;
- КМС – кандидат у майстри спорту; МС – майстер спорту; МСМК – майстер спорту міжнародного класу.

Академічні заняття регламентуються за навчальним планом ЗВО в обсязі 4 год. на тиждень на 1-2-му курсах, а також 2-4 год на 3-4-му курсах. Це становить на першому та другому курсах 140 годин на рік, з них практичний розділ – 116 год; методичний розділ – 20 год; теоретичний розділ – 4 год. На 3-4-му курсах обсяг занять не перевищує 70 годин на рік.

Оцінка знань, умінь та навичок з дисципліни «Фізичне виховання» проводиться за кредитно-модульною системою організації навчального процесу (КМСОНП), що ґрунтується на поєднанні модульних технологій навчання та залікових освітніх одиниць (залікових кредитів).

**Питання для повторення пройденого матеріалу:**

1. Чому сприяє фізичне виховання студентів як складова частина гуманітарної освіти?
2. Що є метою фізичного виховання у ВНЗ?
3. Якими є завдання фізичного виховання у ВНЗ?
4. Назвіть три компоненти фізичного виховання студентів?
5. Що є основою державного стандарту фізичного виховання у системі вищої освіти?
6. Якими є розділи базової навчальної програми з фізичного виховання студентів?
7. На які відділення поділяються студенти для проведення практичних занять з фізичного виховання?

8. Які студенти зараховуються до основного відділення для занять фізичним вихованням?
9. Які студенти зараховуються до спеціального медичного відділення для занять фізичним вихованням?
10. Хто з посадових осіб є відповідальним за організацію процесу фізичного виховання студентів в ЗВО?

#### **Література та джерела:**

1. Теорія і методика фізичного виховання/Методика фізичного виховання різних груп населення. Підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту/Під ред. Т.Ю. Круцевич. К.: НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. –Т-2. - С. 155 -319.
2. Товт В.А. Основи теорії та методики фізичного виховання: Навчальний посібник/Укл: В.А. Товт, О.А. Дуло, М. Ю. Щерба. – Ужгород: ПП "Графіка", 2010. – 140 с.
3. Товт В.А. Теорія і методика фізичного виховання дорослого населення та фізичної підготовки у Збройних Силах України: Навчальний посібник /В.А. Товт, О.А. Дуло, І.І. Маріонда. – Ужгород: ПП "Графіка", 2010. – 76 с.