

УДК 796.011.3 – 057.875

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МЕТОДИЧНОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ

Григорій ГРИБАН

Житомирський національний агроекологічний університет

Анотація. У статті розкрито особливості формування методичної системи фізичного виховання студентів-аграріїв. Розкрито причини низької фізичної підготовленості та незадовільного стану здоров'я абітурієнтів аграрних університетів. Виявлено недоліки навчального процесу з фізичного виховання.

Ключові слова: методична система, фізичне виховання, фізична підготовленість, здоров'я.

Постановка проблеми. Студенти аграрних університетів є особливою соціальною групою, яка здебільшого представляє сільську молодь. Навчальний процес у ВНЗ для них є високим розумовим та емоційним перевантаженням, викликаним розумовою працею, яка виконується в умовах дефіциту часу, нервових напружень та стресових явищ. Студенти також зазнають великого навантаження дії природних факторів (спадковість, кліматичні й метеорологічні умови), соціальних (зміна місця проживання, рівень життя, побут), чинника внутрішньої морфофункціональної перебудови організму, гіподинамії, які призводять до порушень адаптаційних процесів організму з наступним розвитком різних відхилень та захворювань. Тому на процес фізичного виховання студентів-аграріїв звертається особлива увага, яка пов'язана із створенням нової методичної системи, що повинна створити нове фізкультурно-оздоровче середовище в аграрних ВНЗ України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ситуація з фізичного виховання у ВНЗ нагадує "хибне коло", пов'язане з незадовільною організацією фізичного виховання у школі. Виходячи зі школи, фізично недостатньо розвинутими, студенти на перших курсах є не підготовленими до сприймання необхідних фізичних навантажень на заняттях з фізичного виховання. Пристосовуючи ці навантаження до знижених функціональних можливостей, викладачі не можуть забезпечити належний рівень фізичної підготовленості і здоров'я, а спроби досягти цей рівень зумовлюють те, що через заняття з фізичного виховання, ускладнюється засвоєння інших предметів. Спроби забезпечити належний рівень фізичного виховання реорганізацією "усередині" самої системи фізичного виховання студентів нагадують "прагнення вибудувати будинок, починаючи з даху". Промахи школи не можна надолужити без шкоди для здоров'я і загального навчально-виховного процесу у ВНЗ. Лише заклавши фундамент фізичного розвитку з раннього віку і забезпечивши наступність фізичного виховання на кожному з етапів онтогенезу, можна зберегти здоров'я студентської молоді [1].

Перевірка фізичного розвитку й фізичної підготовленості абітурієнтів та студентів-першокурсників ЖНАЕУ впродовж багатьох років показала, що понад 50 % з них не може виконати на "задовільно" фізичні випробування (тести), від 0,9 до 20,5 % зараховані до підготовчої групи, 8,1–17,4 % до спеціальної медичної групи, а від 0,4 до 1,2 % – з особливими потребами. Аналіз захворювань, даних фізичного розвитку та фізичної підготовленості абітурієнтів показав, що від 24 до 30,8 % із них мали захворювання, у тому числі, хронічні, вроджені аномалії, інвалідність, дуже поганий фізичний розвиток (порушення постави, зайва й недостатня вага тіла, непропорційність фізичного розвитку, проблеми з функціональними можливостями організму тощо). При виконанні тестів з фізичної підготовленості та оцінювання фізичного розвитку значна частина абітурієнтів не мала технічних навичок та певних знань про доцільність таких вимірів та тестів. У цілому рівень відхилень у стані здоров'я абітурієнтів протягом багатьох років є досить високим [7].

Підтвердженням цьому є також проведений науковий аналіз медичного обстеження дітей шкільного віку в Червоноармійському районі Житомирської області впродовж п'ятнадцяти років, де рівень хворих дітей сягав від 40,9 до 69,2 % [4, 6]. Також за даними масових обстежень школярів виявлено, що тільки один учень з десяти був практично здоровим, а більше ніж у 90 % обстежених спостерігалися ті чи інші функціональні відхилення [2].

Окрім того, дослідження останніх років [3, 5, 7, 8] дають підстави стверджувати, що дійсний рівень психофізичної підготовленості випускників аграрних ВНЗ в Україні не відповідає сучасним вимогам життєдіяльності та професійної праці фахівців аграрного сектора. Така тенденція була підтверджена в процесі аналізу стану здоров'я, фізичної підготовленості студентів аграрних ВНЗ України наявністю: професійних, професійно обумовлених захворювань, травматизму в представників екстремальних, масових і творчих професій; порушень у виробничих технологічних процесах, пов'язаних із недостатнім рівнем прояву фізичних і психічних якостей у випускників. Сучасна методика викладання фізичного виховання у ВНЗ не враховує цього важливого чинника.

Мета дослідження полягала в розкритті основних завдань формування методичної системи фізичного виховання студентів аграрних ВНЗ України.

Методи та організація дослідження. Дослідження проводилися в Житомирському національному агроекологічному університеті протягом 1986–2011 рр. шістьма етапами, де було задіяно 8507 абітурієнтів та понад 15 тис студентів I–IV курсів. Для досягнення мети проведено аналіз і синтез літературних джерел, анкетування, педагогічний експеримент для перевірки ефективності розробленої моделі методичної системи фізичного виховання і встановлення чітких особливостей її формування.

Результати власних досліджень. Фізичне виховання в аграрних ВНЗ має дуже широкий діапазон завдань, чим відрізняється від фізичного виховання студентів ВНЗ гуманітарного та педагогічного профілів. Фізичне виховання студентів-аграріїв спрямоване не тільки на поліпшення і збереження власного здоров'я студентів, але й займає значне місце в підготовці майбутніх фахівців, професійна діяльність яких вимагає цілого комплексу високорозвинених психофізичних якостей і спеціальної фізичної підготовленості.

Дедалі більші психофізичні вимоги до сучасних спеціалістів-аграріїв обумовлюють інтелектуалізацію, інтенсифікацію, автоматизацію, комп'юте-ризацію праці; суттєве збільшення в життєдіяльності та професійній роботі фізіологічних і психологічних стресорів; об'єктивну необхідність продовження професійної дієздатності та працездатності; значне збільшення у професійній діяльності екстремальних компонентів. Тому сучасна методична система фізичного виховання студентів повинна передбачати розвиток низки ефективних оздоровчих і тренувальних засобів у процесі навчальних і самостійних занять, спрямованих на підготовку майбутніх аграріїв до професійної діяльності.

Широке застосування засобів фізичного виховання в соціальній інфраструктурі села виявляється в: збільшенні національного доходу за рахунок зниження захворюваності, інвалідності, смертності в працездатному віці, продовженні періоду трудової діяльності населення; економії державних засобів щодо соціального страхування й соціального забезпечення; зменшенні витрат на лікування хворих у зв'язку зі зниженням захворюваності, підвищенні продуктивності праці; раціональному використанні вільного часу й активному проведенні дозвілля; формуванні й розвитку соціально-психологічних явищ і відношень; оздоровленні психологічного клімату у виробничих колективах; підвищенні ступеня активної участі молоді в громадському житті села, її закріпленні в аграрному секторі; профілактиці пияцтва, алкоголізму і шкідливих звичок. Крім того, застосовуючи елементи творчості, властиві спорту, людина формує себе як особистість. Після важкого трудового дня в умовах сільськогосподарського виробництва засоби фізичного виховання сприяють профілактиці фізичної й емоційної перенапруги, а також як засіб спілкування.

Водночас на процес формування методичної системи фізичного виховання можуть впливати чинники, які як позитивно, так і негативно, відображаються на якості та ефективності навчального процесу з фізичного виховання у ВНЗ, а саме: 1) чинники, що сприяють позитивному ставленню студентів до навчальних занять з фізичного виховання; 2) чинники, що негативно впливають на відвідування навчальних занять з фізичного виховання; 3) найсприятливіші дні для студентів щодо відвідування навчальних занять і занять спортом; 4) найсприятливіші навчальні години з фізичного виховання для студентів у навчальному розкладі; 5) форми й місце проведення навчальних занять та фізкультурно-оздоровчих заходів тощо [4].

Ефективність навчального процесу, значною мірою, залежить від мети відвідування

студентами навчальних занять з фізичного виховання. Основною метою відвідування навчальних занять 38,3 % студентів-аграріїв вважають – зміцнення здоров'я, 37,6 % відвідують заняття для отримання заліку з фізичного виховання, 35,5 % – для підвищення рівня фізичної працездатності, 19,2 % бажають за рахунок занять фізичними вправами стати привабливими і, на жаль, тільки 7,1 % студентів отримують задоволення від занять з фізичного виховання.

Критерієм ефективності та якості навчального процесу з фізичного виховання є вихованість студента, тобто наявність у нього високих духовних якостей в основу яких входить внутрішнє бажання систематично підтримувати свій стан здоров'я, достатній рівень фізичної підготовленості й розвитку, любов до фізичної культури і спорту та здорового способу життя. Існує велика кількість чинників, які сприяють залученню студентів до занять фізичними вправами та спортом, а саме: відповідальність і дисциплінованість, які притаманні лише 30,9 %, бажання отримати задоволення від занять (27,9 %), виховна робота викладача (21,9 %), приклад товаришів (10,8 %) та батьків (3,2 %).

На ефективність занять фізичними вправами суттєво впливають запропоновані студентам форми занять. Найбільшу перевагу студенти віддають заняттям у спортивному навчальному відділенні та секціях (35,2 %), значну увагу (30,7 %) студентів приділяють самостійним заняттям із групою товаришів.

Від змісту навчальних занять, місця їх проведення, емоційного клімату на заняттях та вибору засобів розвитку фізичних якостей значною мірою залежить якість і ефективність навчального процесу з фізичного виховання. Найбільше задоволені студенти навчальними заняттями, в яких використовується функціональна музика. Таким заняттям надає перевагу 55,5 % студенток та 30,2 % студентів. Подобаються студентам, особливо жінкам, заняття на тренажерах, студенти-чоловіки надають перевагу – спортивним іграм. Не всі студенти люблять заняття з легкої атлетики, кросу, котрі проводяться на стадіоні і тлі природи.

Значна частина (48,2 %) студентів-аграріїв надає перевагу навчальним заняттям з фізичного виховання, котрі за розкладом проводяться на останній парі. Не люблять студенти (особливо жінки) заняття з фізичного виховання, що проводяться до початку або під час навчальних практичних і лекційних занять. Основними чинниками, що негативно впливають на відвідування навчальних занять з фізичного виховання є відсутність можливості прийняти душ після занять, невідповідність фізичних навантажень рівню підготовленості студентів, незручність, викликана носінням спортивної форми впродовж навчального дня, нецікаве проведення навчальних занять, віддаленість спортивних споруд від навчальних аудиторій тощо.

Формування методичної системи повинно також урахувати, що значна частина студентів не сприймає фізичне виховання як навчальну дисципліну, що має свій науково-практичний зміст, поняття, принципи, закономірності, методи, правила і способи діяльності, не набувають досвіду її творчого й подальшого використання. Для них вона асоціюється лише з руховою діяльністю. У процесі занять вони не відчують необхідності надбання знань, розширення й поглиблення практичних умінь і навичок, що забезпечують високу особистісну й соціально-професійну готовність до життєдіяльності.

Висновок. Особливості формування методичної системи фізичного виховання студентів аграрних університетів полягають у вирішенні таких завдань: 1) побудови досить чіткої, науково обґрунтованої системи навчального процесу, з підрозділом її на компоненти й підсистеми, що мають свою мету й завдання, але вирішують загальні питання фізичного виховання студента; 2) установлення для кожного компонента системи (форми проведення навчальних занять, засобів, місць проведення занять тощо) оптимальної структури, змісту, способів й інформації їх виявлення; 3) складання програми функціонування кожного компонента процесу фізичного виховання з урахуванням їх взаємозв'язку в певній послідовності і в певний час; 4) обґрунтування вибору відповідних засобів, форм і методів фізичного виховання; 5) визначення оптимальних умов проведення навчальних занять; 6) обґрунтування і визначення навчальної і виховної діяльності викладачів; 7) установлення системи контролю за якістю навчального процесу й рівнем освітньої і фізичної підготовленості студентів; 8) аналіз зовнішніх і внутрішніх впливів на процес фізичного виховання студентів та окремі його компоненти, їх раці-

ональне використання або нейтралізація; 9) визначення об'єктивних показників результативності процесу фізичного виховання у ВНЗ; 10) установлення шляхів активізації і залучення студентської молоді до самостійних занять фізичними вправами і спортом, здорового способу життя в позанавчальний час, у період канікул та подальшому житті; 11) прогнозування переходу системи фізичного виховання студентів на вищий якісний рівень, у зв'язку з оновленням методичної системи в світлі сучасної парадигми освіти.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на розробку сучасної нормативно-правової бази функціонування системи фізичного виховання в аграрних університетах упродовж всього періоду навчання студентів.

Список літератури

1. Буліч О. Здоров'я студента в суперечностях системи фізичного виховання з педагогікою і гігієною / О. Буліч // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2003. – Вип. 7, т. 2. – С. 201–205.
2. Войтенко В. П. Здоровье здоровых / В. П. Войтенко. – К. : Здоровье, 1991. – 248 с.
3. Грибан Г. П. Физическая культура и спорт как социальная предпосылка становления будущих специалистов АПК / Г. П. Грибан // Повышение роли молодых ученых и специалистов в совершенствовании экономического механизма хозяйствования: тез. докл. ре-спуб. науч.-практ. конф. – Одесса, 1988. – Вып. 2.– С. 21–23.
4. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів : [монографія] / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009. – 594 с.
5. Грибан Г. П. Модульно-рейтингова система у фізичному вихованні : [монографія] / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2008. – 106 с.
6. Грибан Г. П. Проблеми екології у фізичному вихованні : [монографія] / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2008. – 182 с.
7. Грибан Г. П. Формування адаптації студентів до фізичних навантажень і умов навколишнього середовища в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки / Г. П. Грибан, Ф. Г. Опанасюк // Актуальні проблеми фізичного виховання у вузі : респуб. зб. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. конф. – Донецьк : ДонДМУ ім. Горького, 2001. – С. 151–152.
8. Краснов В. П. Фізичне виховання: психофізичні вимоги до фахівців агропрому : навч. посіб. для вищ. навч. аграр. закл. / В. П. Краснов. – К. : Аграрна освіта, 2000. – 133 с.

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ МЕТОДИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ АГРАРНЫХ УНИВЕРСИТЕТОВ

Григорій ГРИБАН

Житомирський національний агроекологічний університет

Аннотація. В статті розглянуті особливості формування методическої системи фізического веспитання студентесв-аграріесв. Раскрьтесв причесвнесв низкесв фізическесв підготовлесвненностесв и неусдовлнстворнтельносв го сосвтояння здоров'я абнтурнентесв аграрнесв уннверснтетесв. Вывявлесвненсв недосвтковн учебногосв процесесв в фізическесв веспнтаннн.

Ключевые слова: методическая система, физическое воспитание, физическая подготовленность, здоровье.

THE PECULIARITIES OF FORMING THE METHODOICAL SYSTEM OF PHYSICAL TRAINING OF AGRARIAN UNIVERSITY STUDENTS

Grygory GRYBAN

Zhytomyr National Agroecological University

Annotation. The paper reveals the peculiarities of forming the methodical system of physical training of agricultural students. The author highlights the reasons for the low physical readiness and unsatisfactory state of health of entrants to agricultural universities. The drawbacks related to the educational process of physical training are revealed.

Key words: methodical system, physical training, physical readiness, health.