

4. Вильчковский Э С. Двигательная подготовленность детей 3-7 лет // Тезисы 2 Всесоюзной конференции по физическому воспитанию и школьной гигиене. – М., 1983. – С. 78-79.
5. Державна національна програма "Освіта (Україна ХХІ ст.)" // Освіта. – 1993. – №44-45.
6. Дубогай О.Д. Чи готова дитина до навчання? // Дошкільне виховання. – 2002. – №11. – С.7-9.
7. Жевага С. Руховий режим школяра // Рідна школа. – 1995. – №6. – С.57-58.
8. Закон України "Про освіту" // Рад.школа. – 1991. – №9. – С.5-19.
9. Закон України "Про фізичну культуру і спорт" – К., 1993. – 21с.
10. Карманова Л.В. Физическая готовность старших дошкольников к обучению в школе при разных двигательных режимах. // Физическое воспитание дошкольников. – Минск, 1980. – С.38-46.
11. Кочетов О., Козетов І., Тупіца Ю. Фізична культура і здоров'я сім'ї // Фізичне виховання в школі. – 1999. – №2. – С.52.
12. Юр'єва Л.О. Особливості фізичного розвитку дітей 6-8 років в умовах сімейно-суспільного виховання: Автореферат дис...канд.пед.наук. – Луцьк, 2001. –20с.

## MOTIVE ACTIVITY AND ITS INFLUENCE ON PHYSICAL AND PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT OF JUNIOR CHILDREN

Sergiy BABYUK

*Kyiv Institute of Bringing Up Problems APS of Ukraine*

**Annotation.** The article describes the state of physical preparedness to school for under school aged children at the theoretical research level and at the level of pedagogical observation. The physical fitness level data and the factors that have both positive and negative influence on the physical health level of the under school aged children are given and analyzed. The research data is revealed. The ways of movement regimen process improvement during the day are applied.

**KEY WORDS:** PHYSICAL PREPAREDNESS, MOTIVE ACTIVITY, PHYSICAL FITNESS LEVEL.

## ОРГАНІЗАЦІЙНА МОДЕЛЬ АКТИВІЗАЦІЇ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

БАЗИЛЬЧУК Віра Богданівна

*Львівський державний інститут фізичної культури*

**Актуальність.** Вивчення законодавчих і програмно-нормативних документів, а також фахової літератури, свідчить про те, що нестабільність у суспільстві, недоліки в організації навчально-виховного процесу у ВНЗ, недостатня рухова активність



негативно відбиваються на стані здоров'я, фізичної підготовленості студентів – кадрового потенціалу нашої держави [1,2,3].

У проекті Національної Доктрини розвитку фізичної культури і спорту, винесеному 27 листопада 2003 року рішенням колегії Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту на обговорення, зазначається, що пріоритетним завданням сфери фізичної культури і спорту є виховання національних традицій прихильності до оздоровчої рухової активності, як важливого компоненту здорового способу життя. Також зазначається, що для студентської молоді стратегічної важливості набуває створення умов, які б надавали їй можливість брати участь у цілеспрямованій руховій активності не менше 8-10 годин, оскільки такий обсяг фізичного навантаження забезпечує оздоровчий ефект, сприяє зменшенню захворюваності, дозволяє сформувати звичку до подальших систематичних занять фізичними вправами. У проекті Доктрини наголошується також на тому, що потребує удосконалення програмно-методичне забезпечення урочних форм фізичного виховання у навчальних закладах. Для усунення дефіциту рухової активності студентів ВНЗ недостатньо чотирьох обов'язкових годин занять фізичним вихованням. Тому, невід'ємно від процесу фізичного виховання необхідно розглядати спортивно-оздоровчу діяльність студентів [2,3].

**Метою** дослідження було формування організаційної моделі спортивно-оздоровчої діяльності у ВНЗ.

Завдання дослідження:

1. Вивчити структурну побудову та зміст діяльності підрозділів Хмельницького державного університету (ХДУ), які беруть участь в організації спортивно-оздоровчої діяльності (СОД) студентів.
2. Оптимізувати організацію спортивно-оздоровчої діяльності в умовах ВНЗ та виявити її вплив на рівень фізичної підготовленості, фізичного здоров'я студентів ХДУ.

**Результати дослідження.** Питаннями організації фізичного виховання і спортивно-оздоровчої роботи у ХДУ займаються, на відміну від більшості інших ВНЗ, окрім кафедри фізичного виховання (КФВ) та спортивного клубу (СК), фізкультурно-спортивний центр (ФСЦ). Названі структурні підрозділи координують та взаємодоповнюють організаційну діяльність, однак кафедра фізичного виховання є головною ланкою в організації як фізичного виховання так і СОД студентів. При фізкультурно-спортивному центрі діють три клуби за інтересами з видів спорту, при спортивному клубі – чотири клуби за інтересами.

Згідно уподобань студентів, які було виявлено в ході опитування, нами було замінено в експериментальній групі студентів обов'язкові заняття загальною фізичною підготовкою на заняття видами спорту. В ході експерименту спрямованого на активізацію у ВНЗ навчальної роботи з видів спорту, при кафедрі фізичного виховання, наказом ректора, було утворено Навчальний спортивно-оздоровчий центр (НСОЦ), розроблено положення про його діяльність, яке 25 червня 2003 року було затверджено на засіданні Вченої ради ХДУ. НСОЦ передбачав наявність секцій з усіх видів спорту, які культивуються в рамках клубів за інтересами СК і ФСЦ. Таких секцій було утворено сім, їх відвідування стало можливим для студентів які не виконали нормативу з виду спорту для відбору у навчальні групи спортивної спрямованості, але хотіли би навчатися в них у подальшому. У поза навчальний та навчальний час студенти мали можливість удосконалити свої якості у одній із секцій і виконати вимоги для зарахування на



навчальні заняття з фізичного виховання, які проводяться за програмою із виду спорту або стати членами клубів за інтересами.

Секції почали працювати у тісному зв'язку із відповідними клубами, забезпечувати проведення додаткових занять, початкової підготовки, відбору в клуби за інтересами, команди. В результаті експериментальних нововведень, організаційна структура фізкультурно-спортивної роботи у ХДУ отримала нижчеподану структуру (рис. 1).

Організаційна модель, окрім побудови структур, передбачала визначення переліку видів діяльності для кожного підрозділу. Перелік складався виходячи із того, що студенти повинні мати можливість залучитися до спортивно-оздоровчої діяльності: в режимі навчання; у поза навчальний час; у період відпочинку (вихідні дні та на канікулах).

До кожного із вище наведених варіантів проведення СОД включалися описані в літературі, відомі у практиці організаційні форми. Одночасно до відомого переліку форм вносилися окремі корективи. Так, на відміну від публікацій з питань організації СОД студентів, до організаційних форм СОД в режимі навчання нами було віднесено заняття під час практики та сесій. Ми виходили з того, що ці види діяльності також є складовими навчального процесу.

У подальшому, в рамках кожної організаційної форми, визначався зміст занять. Його визначення також частково базувалося на результатах проведених досліджень. Як зазначалося, у ході опитування, студенти ХДУ висловили бажання займатися під час обов'язкових академічних занять видами спорту, перелік яких вони назвали в ході анкетування. Прагнення студентів займатися видами спорту було використано в ході експерименту, як основний мотиватор. Їм пропонувалися заняття видами спорту не тільки під час обов'язкових занять, а і в рамках інших організаційних форм. Активну участь в організації цих занять та їх проведенні разом з кафедрою фізичного виховання Хмельницького державного університету в ході експерименту брав НСОЦ.

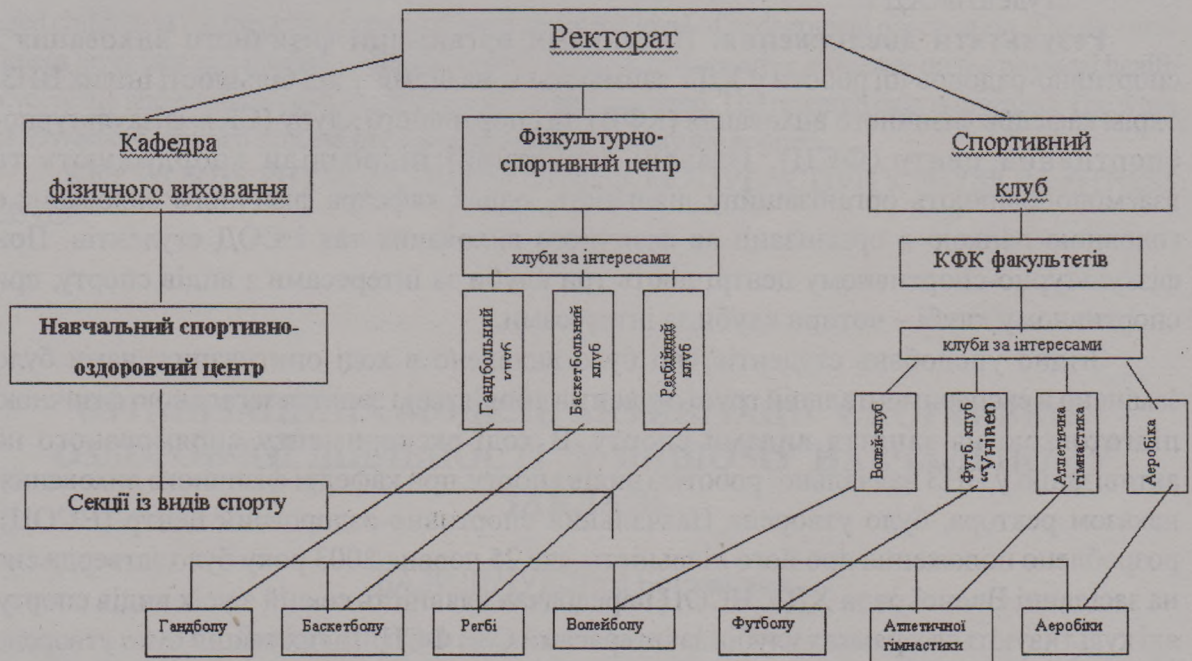


Рис. 4.1. Схема організації спортивно-оздоровчої діяльності Хмельницького державного університету



Для того, щоб потрапити на заняттях фізичним вихованням у групу з обраного виду спорту студентам необхідно було пройти відбір, тобто успішно виконати контрольні вправи і нормативи з виду спорту. Це вимагало систематичних занять в секціях НСОЦ у поза навчальний час, вихідні дні та на канікулах, участі у заходах, які проводять для студентів інші структурні підрозділи.

Факультативні заняття розглядалися як додаткові до навчальних занять. На цих заняттях здійснювалася загальна фізична підготовка студентів згідно програмних вимог, поглиблювалися професійно прикладна фізична підготовка, знання з теорії і методики фізкультурно- спортивної діяльності. Проведенням та організацією названих занять займалася КФВ університету.

Також до організаційних форм в режимі навчання було віднесено фізичні вправи в режимі дня та заняття під час сесії. Організовували та проводили названі заняття співробітники кафедри фізичного виховання, КФК факультетів та НСОЦ.

До фізкультурно-спортивних занять, які пропонувались студентам під час сесії були: самостійні заняття загальною фізичною підготовкою, улюбленим видом спорту, або системою оздоровлення. Організація та проведення названих занять покладалася на колективи фізичної культури (КФК) факультетів, кафедру фізичного виховання, НСОЦ, ФСЦ. Під час практики фізкультурні осередки об'єктів практики, КФК факультетів та НСОЦ були задіяні в організації та проведенні занять ППФП.

У ХДУ були організовані заняття із різних видів спорту у поза навчальний час. Ця форма занять дозволяла за власним бажанням бути членом однієї із спортивних секцій, зокрема: легкої атлетики, волейболу, баскетболу, футболу. Відвідувати заняття видами спорту студенти могли впродовж 2-3 годин на тиждень. Вони дозволяли досягти кращого рівня загальної та спеціальної підготовленості, тренуватися у клубах за інтересами, увійти до складу збірних команд факультетів, університету. Відповідальність за заняття із видів спорту було покладено на КФВ, СК, НСОЦ.

У вихідні дні та на канікулах для студентів, КФК факультетів, КФВ та НСОЦ проводили організовані заняття видами спорту за окрему платню з волейболу, баскетболу, футболу, легкої атлетики, інших видів спорту. Студенти мали змогу також відвідувати нетрадиційні види занять, зокрема: атлетичною гімнастикою, аеробікою, шейпінгом, тхеквондо, карате.

На завершення експерименту було виявлено, що значна кількість студентів у складі експериментальної групи покращила рівень свого здоров'я, який визначався за методикою Г.Л. Апанасенка та рівень фізичної підготовленості, виявлений за результатами державного тестування, а також виконали оптимальні обсяги рухової активності.

**Висновок.** Отже, сформована та впроваджена організаційна модель спортивно-оздоровчої діяльності студентів ХДУ в режимі навчання, поза навчальний час, вихідні та канікулярні дні - враховує всі можливі і прийнятні для студентів варіанти залучення до спортивно-оздоровчої діяльності, задоволення їх фізкультурних інтересів, забезпечення оптимальних обсягів рухової активності, підвищення фізичної підготовленості, фізичного здоров'я, що отримало підтвердження результатами експерименту.

## Література

1. Закон України "Про фізичну культуру і спорт". - К.: ВППДКНТ, 1994 -23с.
2. Спортивна газета // Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (проект), Рішенням колегії Державного комітету України з питань фізичної



культури і спорту, 27 листопада 2003.

3. Романенко В.В. Вплив різних режимів рухової активності на фізичний стан студенток вищих навчальних закладів гуманітарного профілю: Автореф. дис.... канд. наук з фіз. вих. і спорту. - Львів, 2003. -26с.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта : Москва, 2001, С. 143-146.

---

## THE PROBLEMS OF ORGANIZATION SCAINTIFIC PROCES IN INSTITUTE

Vira BAZYLCHUK

*Lviv State Institute of Physical Culture*

In the article the problems of health students. Carrying out pedagogical experiment that recommends substitution occupation OFF of occupation sports. Discover influence these occupation of figure physical health students in the institute.

---

## ВПЛИВ НЕТРАДИЦІЙНИХ ФОРМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Алім БАТЮК

*Криворізький економічний інститут КНЕУ*

Виховання здорового підростаючого покоління сьогодні належить до категорії складних у сучасній педагогічній науці. За останніми даними статистичного аналізу в Україні захоплюється фізичною культурою 6-8 % молоді й дорослих людей, у США 60%, у Японії 80%. Аналізуючи становище занять фізичною культурою, сучасні науковці висловлюють думку про необхідність зміни форм і методик роботи у загальноосвітніх і вищих закладах. Дослідники пропонують доповнення стандартних форм у навчанні нетрадиційними з метою покращення фізичного стану здоров'я студентської молоді.

Здоров'я визначається як здоровий стан організму, або стан людини без хвороб. М.М.Амосов, видатний науковець ХХ століття, визначав здоров'я як "кількісний показник". Кількість здоров'я науковець трактував як систему "резервних потужностей" головних функціональних систем організму. Дослідник зазначав, що здоров'я треба "...добувати самому собі тренуванням".[1,С.241].

Тому сучасні науковці вважають, що для поліпшення здоров'я сучасній молоді необхідні фізичні навантаження, які забезпечують певний рівень фізичних якостей.

Досліджуючи проблему підвищення стану здоров'я студентської молоді, ми звернулися до досвіду зарубіжних колег США. Аналізуючи літературні джерела,