

Міністерство освіти і науки України

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

КОШЕЛЕВА ОЛЕНА ОЛЕКСАНДРІВНА

УДК 796.06 + 378:37.09 + 057.87

**ОПТИМІЗАЦІЯ ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНИХ УМОВ
СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання
різних груп населення

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання та спорту



Дніпро – 2019

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана у Придніпровській державній академії фізичної культури і спорту, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Москаленко Наталія Василівна, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, проректор з наукової діяльності.

Офіційні опоненти:

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Круцевич Тетяна Юріївна, Національний університет фізичного виховання і спорту України, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання;

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Соколова Ольга Валентинівна, Запорізький національний університет, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту.

Захист відбудеться «06» грудня 2019 р. о 14 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 08.881.01 Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (49094, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10).

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (49094, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10).

Автореферат розісланий «01» листопада 2019 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



О.О. Мітова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Зростаюча конкуренція на ринку праці в сучасних умовах вимагає від випускників закладів вищої освіти (ЗВО) високого рівня працездатності, стійкості до стресових ситуацій, впливу несприятливих факторів зовнішнього середовища та трудової діяльності (В. Behzadnia, Р. Adachi, Е. Деса, Н. Mohammadzadeh, 2018). Відповідати даним вимогам, бути конкурентоспроможними фахівцями можуть тільки молоді люди, які мають високий рівень здоров'я, фізичної та розумової робото здатності (В.Л. Волков, 2011, Н.В. Москаленко, В.В. Пічурін, А.П. Гвоздак, 2018).

Тим часом, як відзначають фахівці (В.О. Кашуба, С.М. Футорний, О.В. Андреева, 2012, О.М. Демідова, С.П. Могилко, 2018), за останні роки спостерігається істотне погіршення стану здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді. Більшість дослідників (Г.П. Грибан 2009-2012, В.М. Вилянський, В.В. Приходько, С.А. Чернігівська, 2012, О.В. Соколова, 2014) пов'язують це не лише з несприятливими соціально-економічними умовами життя і екологією, але і з недостатньою ефективністю діючої в ЗВО системи фізичного виховання, що вимагає активного пошуку нових форм і методів її вдосконалення.

За останні роки проблемою вдосконалення системи фізичного виховання студентів займалася ціла низка дослідників. М.В. Дутчак, Т.Ю. Круцевич, С.В. Трачук (2010) на основі аналізу передового досвіду зарубіжних систем фізичного виховання дітей та молоді науково обґрунтували концептуальні напрями вдосконалення системи фізичного виховання школярів та студентів для ведення здорового способу життя. Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова (2016) визначили сучасні тенденції організації фізичного виховання студентів в процесі реформування системи вищої освіти в Україні.

Р.Т. Раєвський, С.М. Канішевський (2010), Н.Н. Завидівська, І.В. Ополонець (2010) та ін. відзначали, що фізична готовність майбутніх фахівців до виконання професійних обов'язків в значній мірі залежить від якості організації професійно-прикладної фізичної підготовки. Підвищенню її ефективності присвячені роботи Л.П. Пилипея (2009-2013), Н.В. Петренко (2015), Ю.О. Доценко (2015), Є.О. Карабанова (2017), В.Б. Добровольського (2018) та ін.

Недостатню ефективність фізичного виховання в ЗВО багато дослідників пов'язують з низьким рівнем мотивації студентів до занять фізичними вправами. Т.Ю. Круцевич, О.О. Білченко (2012), О.А. Томенко (2012), Н.В. Москаленко, Т.В. Сидорчук (2015), С.С. Ільченко (2018) зазначають, що серед факторів, які впливають на формування мотиваційно-ціннісного ставлення до занять фізичною культурою, особливе місце займає наявність знань про її роль в збереженні здоров'я, підвищенні робото здатності. У зв'язку з цим, велика кількість досліджень була присвячена удосконаленню теоретичної підготовки в системі фізичного виховання.

В умовах реформування вищої освіти та надання закладам вищої освіти автономії, організація та зміст фізичного виховання студентів визначаються адміністрацією ЗВО з урахуванням стану матеріально-технічної бази, фінансових можливостей, штатного складу кафедри фізичного виховання. За цих умов в кожному ЗВО є свої особливості побудови системи фізичного виховання. Фахівці

зазначають, що в останні роки в багатьох ЗВО спостерігається скорочення кількості академічних годин на вивчення дисципліни «Фізичне виховання», що зумовило підвищення уваги до вдосконалення системи самостійних занять фізичними вправами студентів (В.М. Лисяк, 2014, Н.В. Москаленко, Н.Л. Корж, Д.С. Єлісеєва, 2017).

Необхідно зазначити, що більшість досліджень відображають лише окремі аспекти фізичного виховання студентів, не розглядаючи його як складне соціальне явище, що представляє собою систему взаємопов'язаних компонентів. Тому виникає необхідність розробки організаційно-методичних умов підвищення ефективності фізичного виховання на основі комплексного підходу до вдосконалення фізичної, теоретичної та методичної підготовки студентів з урахуванням професійних вимог різних спеціальностей.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до теми Зведеного плану науково-дослідної роботи в сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України «Науково-теоретичні основи інноваційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер державної реєстрації 0111U001169) і тематичним планом НДР Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2016-2020 роки за науковою темою: «Науково-теоретичні основи вдосконалення процесу фізичного виховання різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U003010).

Роль автора полягає в науковому обґрунтуванні організаційно-методичних умов оптимізації системи фізичного виховання студентів ЗВО.

Мета дослідження – науково обґрунтувати організаційно-методичні умови оптимізації системи фізичного виховання студентів закладів вищої освіти відповідно до сучасних вимог підготовки конкурентоспроможних фахівців.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати та узагальнити стан і провідні напрями оптимізації системи фізичного виховання студентів ЗВО за даними науково-методичної літератури.

2. Дослідити особливості організації та змісту фізичного виховання студентів у різних закладах вищої освіти.

3. Дослідити особливості мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом, рівень їх фізичного стану, теоретичної та методичної підготовленості залежно від організаційно-методичних умов побудови системи фізичного виховання в ЗВО.

4. Розробити організаційно-методичні умови оптимізації теоретичної, методичної та фізичної підготовки студентів в системі фізичного виховання на основі врахування професійних вимог.

Об'єкт дослідження – система фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження – зміст, форми та організаційна структура фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти.

Методи дослідження. Аналіз науково-методичної літератури та документальних матеріалів проводився з метою узагальнення досвіду фахівців, які

займаються вивченням системи організації фізичного виховання у закладах вищої освіти. Для вивчення особливостей змісту та організації процесу фізичного виховання в різних ЗВО проводились аналіз навчальної документації кафедр фізичного виховання Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (ДНУ ім. О. Гончара), Придніпровської державної академії будівництва та архітектури (ПДАБА), Дніпровського університету імені Альфреда Нобеля (ДУАН) та педагогічні спостереження. Анкетування викладачів кафедр фізичного виховання ЗВО проводилося для оцінки якості організації навчального процесу, фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в ЗВО у позанавчальний час. Анкетування студентів дозволило визначити їх ставлення до занять фізичною культурою і спортом та отримати оцінку ефективності існуючої в ЗВО системи фізичного виховання. В ході констатувального педагогічного експерименту застосовувалися наступні методи дослідження: антропометричні методи для оцінки показників фізичного розвитку – довжини тіла, маси тіла, індексу маси тіла, динамометрії кисті; фізіологічні методи дозволили визначити стан функціональних показників серцево-судинної (ЧСС, АТ) та дихальної (ЖЄЛ) систем організму; педагогічне тестування було проведене для визначення рівня фізичної, теоретичної та методичної підготовленості досліджуваних; експрес-оцінка фізичного здоров'я за методикою Г.Л. Апанасенка використовувалась для визначення рівня фізичного здоров'я (РФЗ). Констатувальний експеримент був запроваджений з метою визначення початкових позицій дослідження, отримання базових даних, які стали підґрунтям для розробки організаційно-методичних умов оптимізації системи фізичного виховання в ЗВО. Для тестування теоретичної підготовленості студентів застосовувалися тести трьох рівнів складності, для визначення методичної підготовленості – практичні завдання. Метод експертної оцінки використовувався для виявлення думки фахівців щодо ефективності розроблених організаційно-методичних умов оптимізації системи фізичного виховання в ЗВО. Експериментальний матеріал опрацьовано з використанням методів математичної статистики на персональному комп'ютері за допомогою пакету програм (Excel 2007, Statistica 6.0).

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

вперше:

- розроблено й теоретично обґрунтовано організаційну структуру побудови процесу фізичного виховання студентів, складовими компонентами якої є: цільовий, теоретико-методичний, змістово-процесуальний і результативний блоки. Визначено принципи (адекватності модельованої системи кінцевим цілям і завданням підготовки фахівців; технологічності; варіативності; динамічності; індивідуалізації) й умови (організаційні, психологічні, методичні, педагогічні) її функціонування, які спрямовані на підвищення якості підготовки фахівців і забезпечення їх конкурентоздатності в умовах сучасного ринку праці;

- розроблено організаційно-методичні умови підвищення ефективності фізичної, теоретичної та методичної підготовки студентів різних груп спеціальностей на основі врахування професійних вимог із застосуванням різноманітних форм, засобів і методів фізичного виховання;

- складено рейтинг професійно значущих засобів фізичного виховання, визначено співвідношення засобів різної переважної спрямованості в динаміці навчання в ЗВО на основі врахування вимог різних спеціальностей до розвитку фізичних і психічних якостей;

- розроблено моделі рухової активності для студентів різних груп спеціальностей, які засновані на використанні всіх форм занять фізичними вправами з урахуванням їх енергетичної вартості;

- запропоновано сучасні форми організації діяльності в системі позанавчальних занять з фізичного виховання (майстер-класи, квести, інтелектуальні клуби; тренінги, челенджи, PR-кампанії; акції, проектування, відеопрезентації; флеш-моби, косплеї, творчі майстерні; марафони, батл-фести) для студентів різних груп спеціальностей з урахуванням вимог майбутньої професії;

- розроблено систему тестування теоретичної підготовленості студентів з використанням тестів трьох рівнів складності для підвищення якості контролю знань;

- доповнено дані про показники фізичного стану, теоретичної та методичної підготовленості, мотивації студентів закладів вищої освіти до занять фізичною культурою; особливості використання інтерактивних методів в системі теоретико-методичної підготовки студентів різних груп спеціальностей;

- набули подальшого розвитку уявлення про оцінку ефективності діючої в ЗВО системи фізичного виховання науково-педагогічними працівниками; про особливості впливу організаційно-методичних умов побудови системи фізичного виховання в ЗВО на показники фізичного стану, рівень теоретичної та методичної підготовленості студентів, особливості їх мотивації до занять фізичною культурою.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані дані дозволяють оцінити ефективність різних організаційно-методичних умов побудови системи фізичного виховання в ЗВО. Обґрунтовані в ході дослідження підходи до підвищення ефективності фізичної, теоретичної та методичної підготовки студентів різних груп спеціальностей можуть бути використані в практиці фізичного виховання ЗВО.

Результати дослідження впроваджено в навчальний процес з фізичного виховання Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара, Придніпровської державної академії будівництва та архітектури, Дніпровського університету імені Альфреда Нобеля та в освітній процес здобувачів вищої освіти Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту, Запорізького національного університету, Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету ім. Г. Сковороди, що підтверджується відповідними актами.

Особистий внесок здобувача в роботах, опублікованих у співавторстві, полягає в постановці проблеми, аналізі спеціальної літератури; проведенні експериментальних досліджень, обробці отриманих даних, інтерпретації фактичного матеріалу, формулюванні висновків; впровадженні отриманих результатів у практику роботи закладів вищої освіти.

Апробація результатів дисертації. Основні теоретичні положення і результати наукових досліджень були представлені на Міжнародній науково-

практичній конференції «Фізичне виховання: стан, проблеми, перспективи» (м. Дніпропетровськ, 2011 р.), VI, VII, VIII, IX, X, XI, XII Міжнародних науково-практичних конференціях «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (м. Дніпропетровськ, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018 рр.), на XVI Міжнародній науковій конференції «Молода спортивна наука України», (м. Львів, 2012 р.); на Міжнародній науково-практичній конференції з проблем фізичної культури і спорту держав-учасників СНД (м. Мінськ, Республіка Білорусь, 2012 р.); на V Міжнародній науково-практичній конференції «Здоров'я для всіх» (м. Пінськ, Республіка Білорусь, 2013 р.), на Всеукраїнській науковій конференції «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини: досвід і сучасні технології» (м. Запоріжжя, 2014 р.), на регіональній науково-методичній конференції «Фізичне виховання, спорт і основи здорового способу життя в сучасному суспільстві» (м. Дніпро, 2017 р.).

Публікації. Основні положення дисертаційної роботи опубліковані в 14 статтях, 10 з яких – у спеціалізованих фахових виданнях України, з яких 7 включені до міжнародних наукометричних баз, 2 – у закордонних виданнях, 1, яка додатково відображає результати наукових досліджень, 10 статей є одноосібними.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаної літератури, 8 додатків. Дисертація представлена на 288 сторінках, містить 30 таблиць, 7 рисунків. Список використаної літератури налічує 359 джерел, з яких 15 – англомовних авторів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність роботи, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет і методи дослідження, розкрито наукову новизну і практичне значення отриманих результатів, окреслено особистий внесок автора, зв'язок роботи з науковими планами, програмами, темами, наведено дані про апробацію роботи та впровадження отриманих результатів в практику, зазначено кількість публікацій.

У *першому розділі* «**Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання в закладах вищої освіти**» представлено аналіз нормативно-правових актів, що регламентують зміст фізичного виховання в системі вищої освіти. Узагальнено дані наукових досліджень про основні напрями вдосконалення фізичного виховання і підвищення показників фізичного стану студентів закладів вищої освіти.

Як свідчить аналіз науково-методичної літератури, більшість фахівців вважають недостатньо ефективною діючу на сьогоднішній день в закладах вищої освіти систему фізичного виховання. На думку провідних вчених України, саме це є однією з причин незадовільного стану здоров'я, фізичної підготовленості та роботоздатності студентської молоді (Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, 2016). Вітчизняні науковці вважають, що система фізичного виховання в ЗВО вимагає радикальних змін в методичному і матеріально-технічному забезпеченні. З метою ефективного вирішення завдань фізичного виховання доцільно вдосконалювати фізичну, теоретичну та методичну підготовку студентів для забезпечення їх відповідності вимогам професійної діяльності.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» представлені використані методи дослідження. Обґрунтовано їх відповідність об'єкту, предмету, меті та завданням роботи, описано організацію дослідження і контингент випробовуваних. Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі методи: аналіз науково-методичної літератури і документальних матеріалів, педагогічне спостереження, анкетування, педагогічний експеримент, антропометричні методи дослідження, фізіологічні методи дослідження, педагогічне тестування, експрес-оцінка рівня соматичного здоров'я за методикою Г.Л. Апанасенка, тестування теоретичної та методичної підготовленості, метод експертних оцінок, методи математичної статистики.

Дослідження проводилося на базі закладів вищої освіти міста Дніпра – Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (ДНУ ім. О. Гончара), Придніпровської державної академії будівництва та архітектури (ПДАБА), Дніпровського університету імені Альфреда Нобеля (ДУАН) в чотири етапи.

На першому етапі (2011 – 2012 рр.) були сформульовані мета, завдання, об'єкт і предмет дослідження, проведено аналіз науково-методичної літератури і документальних матеріалів.

На другому етапі дослідження (2012 – 2016 рр.) було розроблено анкети та проведено опитування викладачів кафедр фізичного виховання та студентів для оцінки ефективності системи фізичного виховання в ЗВО. Був проведений констатувальний експеримент, який полягав у дослідженні фізичного стану студентів протягом навчання в ЗВО; визначенні рівня їх теоретичної та методичної підготовленості. У дослідженні взяли участь 60 викладачів кафедр фізичного виховання ДНУ ім. О. Гончара, ПДАБА, ДУАН у віці від 23 до 72 років і стажем викладацької роботи у ЗВО від 1 року до 47 років і 180 студентів: 30 юнаків і дівчат від кожного ЗВО.

На третьому етапі (2016 – 2018 рр.) на основі даних констатувального експерименту обґрунтовано організаційно-методичні умови підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів на основі комплексного підходу до вдосконалення теоретичної, методичної та фізичної підготовки з урахуванням вимог професійної діяльності та проведено їх експертну оцінку.

На четвертому етапі (2018 – 2019 рр.) узагальнювались результати дослідження, здійснювалося формулювання висновків і оформлення роботи.

У *третьому розділі* «**Особливості змісту та організації процесу фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти**» представлено порівняльний аналіз особливостей побудови системи фізичного виховання в державному багатогалузевому ЗВО (ДНУ ім. О. Гончара), державному політехнічному ЗВО (ПДАБА) і приватному ЗВО, що здійснює підготовку фахівців у галузі економіки та менеджменту (ДУАН).

Ефективність фізичного виховання в названих закладах вищої освіти визначалася за показниками фізичного стану, рівня теоретичної та методичної підготовленості студентів, їх мотивації до занять фізичною культурою.

Порівняльний аналіз особливостей побудови системи фізичного виховання у різних ЗВО свідчить, що вони мають суттєві відмінності. Так, в ДНУ ім. О. Гончара вивчення дисципліни «Фізичне виховання» здійснюється протягом 7 семестрів, по 4 аудиторні години на тиждень. В кожному семестрі планується 2 модуля з різних видів спорту базового компоненту програми: легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри, плавання. Теоретична підготовка реалізується у формі коротких повідомлень викладача на практичних заняттях, індивідуальних консультацій, методична – у формі виконання студентами практичних завдань. Додатково для студентів організуються науково-методичні семінари і конференції з проблем фізичного виховання. Елективний компонент програми реалізується через систему фізкультурно-оздоровчих та спортивних занять у позанавчальний час (2 години на тиждень). Крім того, для залучення студентів до занять фізичною культурою у позанавчальний час на базі ДНУ ім. О. Гончара працюють абонементні спортивні секції та фізкультурно-оздоровчі групи.

У ПДАБА навчальні заняття з фізичного виховання проводяться протягом 4 семестрів по 4 години на тиждень. Кожен семестр містить 2 модулі (1 модуль з базового, другий – з елективного компонентів програми). Базовий компонент містить елементи легкої атлетики, гімнастики, спортивних ігор та плавання. В елективному компоненті програми студентам надається можливість вільного вибору виду спорту з тих, що пропонуються кафедрою фізичного виховання. На вивчення теоретичного та методичного розділів програми в кожному компоненті передбачено по 2 години навчальних занять та 4 години самостійної підготовки. У позанавчальний час на базі спортивного комплексу ПДАБА працюють секції з різних видів спорту, для студентів заняття в секціях безкоштовні (кількість занять – 1 раз на тиждень).

У ДУАН навчальні заняття з фізичного виховання проводяться для студентів 1-го, 2-го та 3-го курсів. Кількість годин навчальних занять на 1-му та 2-му курсах становить 4 години на тиждень, на третьому – 2 години. Студентам пропонуються на вибір п'ять видів спорту згідно зі змістом робочої навчальної програми, в якій не представлено чіткого розділення на базовий та елективний компоненти. На теоретичну та методичну підготовку в кожному семестрі відведено 2 години навчальних занять. У позанавчальний час на базі ДУАН працюють секції з тих же видів спорту, які представлені в робочій навчальній програмі з фізичного виховання. Заняття в секціях проводяться щоденно, студентам надається можливість їх вільного відвідування в будь-який зручний для них час.

Основною формою підсумкового контролю з фізичного виховання в усіх ЗВО є залік, який студенти складають по закінченню кожного семестру. Оцінювання результатів роботи студентів здійснюється за 100-бальною шкалою.

Для визначення ставлення студентів до занять фізичною культурою і спортом, оцінки ними ефективності існуючої в ЗВО системи фізичного виховання нами було проведено анкетування, в якому використовувалися анкети змішаного типу, студенти могли обирати один або кілька варіантів відповідей.

Аналіз результатів анкетування студентів свідчить, що: фізичне виховання є однією з основних дисциплін навчального плану для 60,0% студентів ДНУ ім. О. Гончара; 33,3% студентів ПДАБА та 43,3% студентів ДУАН. Найбільша

залученість до занять фізичним вихованням в позанавчальний час спостерігається у студентів ДУАН (серед них регулярно займаються фізичною культурою і спортом 51,6%; в той час, як серед студентів ДНУ ім. О. Гончара – 36,6%, ПДАБА – 33,3%). При цьому, більшість студентів ДУАН надає перевагу заняттям на базі ЗВО (60,0%), а студенти ДНУ ім. О. Гончара і ПДАБА – самостійним заняттям (50,0% та 43,3% відповідно). Такий розподіл відповідей свідчить, що в ДУАН створено найбільш сприятливі умови для занять фізичною культурою у позанавчальний час, що сприяє залученню студентів до регулярних занять фізичними вправами.

Серед причин, що спонукають студентів до занять фізичними вправами найбільш ваговою для студентів усіх ЗВО є знання про їх користь. Цю причину вказали 63,3% студентів ДНУ ім. О. Гончара; 43,3%, студентів ПДАБА, 40,0% студентів ДУАН. Такий розподіл відповідей свідчить про те, що формуванню знань про користь занять фізичними вправами у ДНУ ім. О. Гончара приділяють більше уваги, ніж в інших ЗВО. Необхідність складати залік з фізичного виховання більшою мірою стимулює до занять студентів ДНУ ім. О. Гончара (40,0%), ніж студентів ПДАБА (16,7%) і ДУАН (6,6%), що свідчить про більш високі вимоги, що ставляться до студентів в ДНУ ім. О. Гончара. Останнє місце серед причин, що спонукають студентів до занять, у всіх ЗВО посідає підготовка до професійної діяльності (її вказали лише 3,3% студентів ДНУ ім. О. Гончара та 6,6% студентів ПДАБА). Таким чином, має місце недооцінка студентами значення професійно-прикладної фізичної підготовки.

Головним чинником, що викликає незадоволення змістом навчальних занять з фізичного виховання для студентів усіх ЗВО є відсутність можливості займатися обраним видом спорту (цей чинник відмітили 53,3% студентів ДНУ ім. О. Гончара та по 40,0% студентів ПДАБА і ДУАН). Також студенти відзначили: недоліки в матеріально-технічному забезпеченні (33,3%; 26,7% та 33,3% відповідно); надмірне фізичне навантаження (26,7%; 10,0% і 6,6% відповідно); якість проведення занять викладачем (14,9%; 6,6% та 10,0% відповідно).

Визначення фізичного стану студентів здійснювалося в динаміці навчання з першого по четвертий курс за показниками фізичного розвитку, фізичної підготовленості та соматичного здоров'я. Результати дослідження показали, що на першому курсі студенти не мали достовірних відмінностей в показниках фізичного стану.

Аналіз показників фізичного розвитку свідчить, що протягом дослідження у студентів не спостерігалось статистично достовірних змін довжини, маси тіла, індексу маси тіла та артеріального тиску ($p > 0,05$). У студентів ДУАН з першого по другий курси навчання спостерігалось статистично достовірне ($p < 0,05$) поліпшення показників ЧСС в спокої, ЖЄЛ, динамометрії кисті; в подальшому ці показники достовірно не змінювалися. У студентів ДНУ ім. О. Гончара також відзначається позитивна динаміка в показниках ЧСС в спокої, ЖЄЛ, динамометрії кисті, але у них спостерігаються більш повільні темпи приросту даних з першого по четвертий курс. У студентів ПДАБА статистично достовірних змін показників фізичного розвитку не виявлено ($p > 0,05$).

Дослідження фізичної підготовленості (табл.1) показало, що на другому курсі у студентів ДУАН спостерігався статистично достовірний ($p < 0,05$) приріст рівня розвитку витривалості, сили і гнучкості.

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості студентів протягом навчання (юнаки)

Курси	ДНУ ім. О. Гончара (n = 30)				ПДАБА (n = 30)				ДУАН (n = 30)			
	\bar{x}	S	V	m	\bar{x}	S	V	m	\bar{x}	S	V	m
Біг 100 м, с												
1-й курс	14,4	1,41	9,79	0,13	14,9	1,27	8,52	0,15	14,7	1,38	9,38	0,21
2-й курс	14,2	1,35	9,50	0,14	14,8	1,32	8,91	0,17	14,1	1,23	8,72	0,15
3-й курс	13,9	1,29	9,28	0,12	15,0	1,29	8,60	0,14	14,5	1,41	9,72	0,14
4-й курс	14,0	1,17	8,35	0,15	15,2	1,31	8,61	0,16	14,6	1,43	9,79	0,17
Біг 3000 м, хв, с												
1-й курс	14,14	0,59	4,17	0,21	14,15	1,03	7,27	0,27	14,13	1,01	7,14	0,24
2-й курс	14,01	1,08	7,70	0,24	14,06	1,07	7,15	0,29	13,29*	0,59	4,43	0,19
3-й курс	13,46	1,05	7,80	0,31	14,11	1,12	7,93	0,21	13,35	1,09	8,16	0,22
4-й курс	13,38**	0,57	4,26	0,28	14,15	1,09	7,70	0,23	13,61	1,13	8,42	0,23
Човниковий біг 4x9 м, с												
1-й курс	9,35	0,51	5,45	0,11	9,75	0,42	4,30	0,12	9,55	0,47	4,92	0,13
2-й курс	9,20	0,48	5,21	0,09	9,66	0,58	6,00	0,14	9,49	0,46	4,84	0,15
3-й курс	9,26	0,52	5,61	0,15	9,95	0,54	5,32	0,11	9,71	0,51	5,25	0,14
4-й курс	9,18	0,56	6,10	0,13	9,96	0,56	5,48	0,13	9,76	0,54	5,53	0,11
Стрибок в довжину з місця, см												
1-й курс	218,51	19,84	9,07	2,17	220,54	19,21	8,71	2,15	221,14	18,96	8,57	2,25
2-й курс	223,75	18,93	8,46	2,09	224,93	18,76	8,34	2,19	229,81	19,02	8,27	2,07
3-й курс	228,15	19,16	8,39	1,98	223,5	18,39	8,22	2,08	227,94	19,08	8,37	2,11
4-й курс	231,28**	18,91	8,17	1,79	219,87	19,91	9,05	1,96	227,15	18,93	8,33	2,05
Піднімання тулуба в сід за 1 хв, разів												
1-й курс	43,21	5,78	13,37	1,47	43,74	6,72	15,36	1,89	43,04	6,11	14,19	1,78
2-й курс	45,57	6,37	13,97	1,48	46,01	6,29	13,67	2,01	49,13*	7,06	14,37	1,69
3-й курс	47,81	7,09	14,82	1,82	45,29	5,83	12,87	1,73	48,56	6,89	14,12	1,95
4-й курс	49,67	6,96	14,01	1,67	44,15	6,08	13,77	1,86	46,18	6,98	14,79	1,81
Підтягування в висі на перекладині, кількість разів												
1-й курс	11,8	3,41	28,89	0,96	11,5	2,81	24,43	0,59	10,18	3,45	33,88	0,67
2-й курс	12,5	3,48	27,84	1,07	12,7	4,43	34,88	0,83	14,17*	4,81	33,94	0,92
3-й курс	12,8	4,01	31,32	1,13	12,5	3,91	31,28	0,75	13,91	4,47	32,13	0,71
4-й курс	13,6	3,85	28,30	1,32	11,9	4,14	34,78	0,67	12,14	4,21	30,97	0,69
Нахил вперед з положення сидячи, см												
1-й курс	13,3	5,21	39,17	0,91	12,4	4,84	39,03	0,98	11,43	4,52	39,45	0,83
2-й курс	14,2	5,67	39,92	1,30	12,6	4,91	38,96	1,32	16,47*	6,16	37,40	1,12
3-й курс	15,5	6,03	38,90	1,22	12,3	5,07	41,21	1,43	15,38	5,79	37,62	0,98
4-й курс	16,2**	5,85	36,11	1,19	11,9	4,95	41,59	1,51	13,72	5,68	38,58	1,13

Примітки: * – достовірна різниця між показниками на першому і другому курсах при $p < 0,05$; ** – достовірна різниця між показниками на першому і четвертому курсах при $p < 0,05$.

У подальшому показники фізичної підготовленості студентів ДУАН достовірно не змінювались ($p > 0,05$)

У студентів ДНУ ім. О. Гончара також відзначалась позитивна динаміка в показниках сили, витривалості та гнучкості, яка характеризується більш повільними темпами зростання з першого по четвертий курс ($p < 0,05$). Показники фізичної підготовленості студентів ПДАБА достовірно не змінювались протягом експерименту ($p > 0,05$).

Схожі тенденції спостерігались і в показниках фізичної підготовленості дівчат-студенток.

Аналіз результатів дослідження соматичного здоров'я студентів за методикою Г.Л. Апанасенка свідчить, що на першому курсі більшість студентів усіх ЗВО мали низький та нижче за середній рівні соматичного здоров'я. У студентів ДУАН до другого курсу збільшилася кількість досліджуваних, які мали середній та вище за середній рівні соматичного здоров'я, в подальшому ці дані достовірно не змінювались. У студентів ДНУ ім. О. Гончара поступово від курсу до курсу збільшувалася кількість студентів, які мали середній, вище за середній та високий рівні соматичного здоров'я. У студентів ПДАБА істотних змін у рівні соматичного здоров'я студентів не спостерігалось.

Оцінка теоретичної підготовленості студентів здійснювалася за допомогою тестів трьох рівнів складності. В тестах першого рівня складності студентам пропонувалось обрати один із запропонованих варіантів відповіді; другого рівня – назвати термін, визначення якого надавалось в питанні; третього – надати визначення терміну. Тестування проводилось на початку та наприкінці першого курсу.

Результати дослідження свідчать, що студенти всіх ЗВО на початку першого курсу мали низький рівень теоретичної підготовленості. Достовірних відмінностей в рівні знань студентів різних ЗВО не відзначалось. Наприкінці навчального року у студентів ДНУ ім. О. Гончара спостерігався достовірно вищий рівень теоретичної підготовленості у порівнянні зі студентами ПДАБА та ДУАН ($p < 0,05$). При порівнянні рівня знань студентів ПДАБА та ДУАН достовірних відмінностей не виявлено ($p > 0,05$).

Для оцінки методичної підготовленості нами було розроблено систему практичних завдань. У студентів всіх ЗВО, які брали участь в дослідженні, на початку навчального року спостерігався низький рівень методичної підготовленості, середня кількість набраних студентами балів в жодному з ЗВО не досягала 60 балів. Статистично достовірних відмінностей між рівнем методичної підготовленості студентів різних ЗВО визначено не було ($p > 0,05$).

У кінці навчального року у студентів ДНУ ім. О. Гончара рівень методичної підготовленості був достовірно вищим, ніж у студентів ПДАБА і ДУАН ($p < 0,05$). Однак, навіть у студентів ДНУ ім. О. Гончара, при значному покращенні показників у кінці навчального року, рівень методичної підготовленості залишився низьким.

Таким чином, отримані результати свідчать, що організаційно-методичні умови побудови процесу фізичного виховання в ДУАН на першому і другому курсах (поєднання 4-х годин обов'язкових навчальних занять на тиждень та сприятливих умов для занять фізичною культурою у позанавчальний час) сприяють підвищенню показників фізичного стану студентів. Зменшення кількості

обов'язкових навчальних занять з 4-х до 2-х годин на тиждень на третьому і четвертому курсах призводить до зниження ефективності процесу фізичного виховання.

Аналіз показників теоретичної та методичної підготовленості студентів свідчить, що форми занять, які використовуються в ДНУ ім. О. Гончара при вивченні даних розділів програми (короткі інформаційні повідомлення на кожному занятті, залучення студентів до участі в наукових конференціях, круглих столах, диспутах у позанавчальний час), є більш ефективними, ніж ті, що використовуються в ДУАН та ПДАБА, а саме читання лекцій.

Результати констатувального експерименту дозволили зробити висновок, що для досягнення максимальної ефективності фізичного виховання студентів доцільно розробити організаційно-методичні умови його оптимізації на основі комплексного підходу до вдосконалення всіх складових.

У четвертому розділі **«Наукове обґрунтування організаційно- методичних умов оптимізації системи фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти»** на підставі аналізу науково-методичної літератури та результатів констатувального експерименту були розроблені організаційно-методичні умови підвищення ефективності фізичної та теоретико-методичної підготовки студентів різних спеціальностей.

На теперішній час перед викладачами фізичного виховання ЗВО гостро стоїть проблема підбору адекватних засобів, методів, форм організації фізичної підготовки студентів, визначення раціонального співвідношення загальної та професійно-прикладної фізичної підготовки в процесі навчання відповідно до специфіки майбутньої професійної діяльності. Посилює цю проблему великий перелік спеціальностей, за якими здійснюється підготовка фахівців.

Для вирішення цієї проблеми ми скористалися класифікацією спеціальностей для побудови системи професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП), запропонованою Л.П. Пилипеєм у 2009 році, відповідно до якої окремі спеціальності об'єднуються в 6 груп: інформаційно-логічна; комунікативна; творчо-образна; технічна; екстремальна; природничо-аграрна.

З метою визначення засобів фізичного виховання, що мають найбільше прикладне значення, було складено рейтинг фізичних вправ і видів спорту для студентів різних груп спеціальностей. Отримані дані доцільно враховувати при складанні робочих навчальних програм з фізичного виховання, приділяючи більший відсоток часу на виконання тих фізичних вправ, які мають прикладне значення для конкретної групи спеціальностей.

Для підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів, доцільним є не просто визначення співвідношення засобів різної спрямованості, а й раціональний їх розподіл між різними формами рухової активності. З метою вирішення цього питання нами розроблено моделі тижневої спеціально організованої рухової активності для студентів різних груп спеціальностей, які включали: перелік форм фізичного виховання, кількість занять на тиждень, їх орієнтовну енергетичну вартість та визначення змісту кожної форми занять і були спрямовані на досягнення належних норм рухової активності та енерговитрат.

У таблиці 2 наведено модель спеціально організованої рухової активності для студентів інформаційно-логічної групи спеціальностей.

Таблиця 2

Модель тижневої спеціально організованої рухової активності студентів інформаційно-логічної групи спеціальностей

Форма фізичного виховання	Кількість занять на тиждень	Тривалість одного заняття, хв.	Енерговитрати, ккал на 1 заняття	Енерговитрати, ккал на тиждень	Тривалість на тиждень, хв.	Зміст занять
Навчальні академічні заняття з фізичного виховання	2	80	450	900	160	Легкоатлетичні вправи. Плавання. Вправи на кардіотренажерах. Силові види спорту. Спортивні ігри.
Ранкова гігієнічна гімнастика	7	15	40	280	105	Ходьба, біг на місці, ЗРВ, дихальні вправи.
Фізкультурна пауза	10	10	25	250	100	Гімнастика для очей, ходьба, біг на місці, ЗРВ, дихальні вправи.
Секційні заняття або заняття в фізкультурно-оздоровчих групах	2	60	350	700	120	Спортивні ігри або єдиноборства.
Самостійні тренувальні заняття	1	30	170	170	30	Циклічні вправи аеробного характеру. Загартувальні процедури. Силові вправи.

З метою підвищення якості теоретичної та методичної підготовки в системі фізичного виховання студентів запропоновано використання сучасних інтерактивних методів навчання, вибір яких здійснювався з урахуванням можливостей впливу на розвиток психічних якостей, необхідних у майбутній професійній діяльності.

Для залучення студентів до занять фізичною культурою в позанавчальний час ми запропонували використовувати сучасні технології організації діяльності (майстер-класи, квести, інтелектуальні клуби; тренінги, челенджи, PR-кампанії; акції, проектування, відеопрезентації; флеш-моби, косплеї та ін.), вибір яких для студентів різних груп спеціальностей здійснювався з урахуванням вимог майбутньої професії.

Для визначення оптимальних шляхів досягнення мети та реалізації завдань фізичного виховання студентів нами була обґрунтована організаційна структура системи фізичного виховання, до якої ввійшли цільовий, теоретико-методичний, змістово-процесуальний та результативний блоки (рис. 1).



Рис. 1. Організаційна структура системи фізичного виховання студентів ЗВО

Цільовий блок включав мету, завдання та принципи функціонування системи фізичного виховання студентів ЗВО.

Теоретико-методичний блок відображає зміст і засоби реалізації основних розділів програми: теоретичної, методичної, фізичної (загальної і професійно-прикладної) підготовки студентів.

Змістово-процесуальний блок передбачає залучення студентів до рухової активності в різних формах занять з фізичного виховання.

Результативний блок дозволяє оцінити очікувані результати фізичного виховання, що характеризують ступінь сформованості фізичної культури особистості фахівця у всіх її складових: досягнутий рівень фізичного стану, фізичної, теоретичної та методичної підготовленості, ступінь сформованості мотивації студентів до занять фізичною культурою, об'єм рухової активності.

Для успішного функціонування системи фізичного виховання в ЗВО нами були визначені умови, провідними з яких є організаційні; психологічні; методичні; педагогічні.

До організаційних умов віднесено: єдність цілей та змісту навчальних програм з урахуванням особливостей підготовки фахівців; гнучке реагування на мінливі вимоги ринку праці; забезпечення індивідуального, диференційованого підходу в роботі зі студентами; впровадження в зміст навчального матеріалу інноваційних технологій фізичного виховання.

До другої групи увійшли психологічні умови, що сприяють формуванню у студентів: мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури та спорту; активної життєвої позиції; професійно значущих якостей особистості.

Методичні умови моделі фізичного виховання представлені системою дидактичних засобів – традиційних та інноваційних.

Четверта група утворена педагогічними умовами. У нашому розумінні вони виражаються в практичній реалізації сучасних принципів організації навчально-виховного процесу у вищій школі.

Таким чином, розроблена нами організаційна структура фізичного виховання студентів ЗВО являє собою систему взаємопов'язаних компонентів, жоден з яких не може бути реалізований окремо від інших.

Розроблені організаційно-методичні умови оптимізації системи фізичного виховання студентів закладів вищої освіти підлягли експертній оцінці фахівців, для чого було сформовано дві групи експертів. У першу групу увійшли 11 кандидатів наук, доцентів, які є членами кафедр фізичного виховання та спорту ДНУ ім. О. Гончара, ПДАБА та ДУАН, у другу групу – 11 докторів наук, професорів та кандидатів наук, доцентів, які працюють на кафедрах теорії і методики фізичного виховання, теорії та методики спортивної підготовки Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту. У листі експертної оцінки для фахівців був запропонований метод ранжування, який полягав в оцінюванні об'єктів по рангах у порядку збільшення їхньої значущості (від 1 до 5). Місце, зайняте кожним з виділених об'єктів, визначалося числом набраних ним балів.

У деяких питаннях експерти першої та другої груп мали однакові думки: так, найбільш узгодженою є думка експертів щодо необхідності проведення занять з

фізичного виховання протягом усього терміну навчання в ЗВО в обсязі 4 годин на тиждень; врахування інтересів студентів; врахування вимог професійної діяльності до розвитку фізичних та психічних якостей майбутніх фахівців при складанні програм з фізичного виховання; доцільності складання моделей рухової активності для студентів різних груп спеціальностей; підбору методів теоретико-методичної підготовки залежно від вимог до розвитку професійно значущих психічних якостей; структури побудови фізичної підготовки студентів різних груп спеціальностей. Невелика різниця у відповідях експертів спостерігалась на питання щодо оцінки змісту психологічних, методичних та педагогічних умов системи фізичного виховання студентів. Найбільші розбіжності думок експертів виявлені при відповідях на питання щодо використання інтерактивних методів навчання при вивченні розділів теоретичної і методичної підготовки та сучасних форм організації діяльності в системі позанавчальних занять з фізичного виховання.

Розрахунок коефіцієнта конкордації W , який відображає узгодженість думок експертів, дорівнює у першій групі 0,69; у другій – 0,72, що є достатнім для експертної оцінки групи питань.

Таким чином, результати експертного оцінювання узгоджуються з даними констатувального експерименту та доводять доцільність впровадження розроблених нами організаційно-методичних умов оптимізації системи фізичного виховання студентів різних груп спеціальностей з урахуванням вимог до рівня розвитку фізичних та психічних якостей майбутніх фахівців.

У *п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження»* узагальнено результати проведеного дослідження, що дозволили отримати три групи даних, які підтверджують, доповнюють існуючі розробки і абсолютно нові результати з проблеми дослідження.

Підтверджено дані про низький рівень фізичної підготовленості (Т.В. Сичова, 2012; Є.О. Карабанов, 2017; С.С. Ільченко, 2018; О.М. Демідова, С.П. Могилко, 2018), соматичного здоров'я (Д.М. Анікєєв, 2012; О.З. Блавт, 2012; Б.В. Дзюла, 2013; Г.П. Грибан, 2014), теоретичної підготовленості студентів (В.А. Черненко, 2006; С.М. Березка, 2011; Т.В. Сичова, 2012; Н.Л. Корж, 2017); про більш високу ефективність використання інтерактивних методів навчання в порівнянні з традиційними в системі теоретичної підготовки (Т.В. Сичова, 2012; В.А. Савченко, 2012; Н.В. Москаленко, Т.Г. Кожедуб, 2015, Д.С. Єлісеєва, 2016).

Доповнено дані про зміст та організацію фізичного виховання в різних ЗВО (С.І. Бєлих, 2013; Б.В. Бойко, 2013; В.І. Денисенко, 2014; Ю.М. Віхляєв, 2015); про особливості впливу організаційно-методичних умов системи фізичного виховання на показники фізичного стану (Г.П. Грибан, 2012; С.М. Футорний, 2013; Ю.І. Петренко, В.С. Ашанін, 2017), рівень теоретичної та методичної підготовленості (Р.М. Бака, 2006; В.В. Брусник, М.П. Воронов, Л.Ф. Кисельов, 2008) і мотивацію студентів до занять фізичною культурою (О.Ю. Марченко, 2010; Г.В. Власов, 2011; Т.Ю. Круцевич, О.О. Біліченко, 2012; В.М. Гринько, 2015; Н.Л. Корж, 2016).

Вперше: розроблено й теоретично обґрунтовано організаційну структуру побудови процесу фізичного виховання студентів, складовими компонентами якої є: цільовий, теоретико-методичний, змістово-процесуальний і результативний блоки;

розроблено організаційно-методичні умови підвищення ефективності фізичної, теоретичної та методичної підготовки студентів різних груп спеціальностей; складено рейтинг професійно значущих засобів фізичного виховання, визначено співвідношення засобів різної переважної спрямованості в динаміці навчання в ЗВО; розроблено моделі спеціально організованої рухової активності для студентів різних груп спеціальностей; запропоновано використання сучасних форм організації діяльності тих, хто займається (майстер-класи, квести, інтелектуальні клуби; тренінги, челенджи, PR-кампанії; акції, проектування, відеопрезентації; флеш-моби, косплеї, творчі майстерні; марафони, батл-фести) в системі позанавчальних занять з фізичного виховання; розроблено систему тестування теоретичної підготовленості студентів з використанням тестів трьох рівнів складності.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що в даний час спостерігається тенденція до постійного погіршення стану здоров'я і зниження рівня фізичної підготовленості студентської молоді. На тлі інтенсифікації навчальної діяльності така ситуація призводить до зниження успішності студентів в період навчання у ЗВО, а в подальшому, до зниження якості виконання ними професійних обов'язків. Причину такої ситуації багато фахівців бачать в недостатній ефективності діючої в ЗВО системи фізичного виховання. Одним з напрямів вирішення даної проблеми є комплексне вдосконалення фізичної, теоретичної, методичної підготовки як основних складових системи фізичного виховання студентів на основі врахування вимог професійної діяльності.

2. Аналіз навчальної документації різних ЗВО свідчить, що організація фізичного виховання в кожному з них має свої особливості. Відмінності стосуються тривалості вивчення дисципліни «Фізичне виховання» та кількості навчальних годин (по 4 години на тиждень протягом перших 4-х семестрів в ДУАН та ПДАБА та 7 семестрів в ДНУ ім. О. Гончара, по 2 години на тиждень в 5-6 семестрі в ДУАН); можливості вибору видів спорту (жорстка регламентація змісту занять в ДНУ ім. О. Гончара, вільний вибір в ДУАН, можливість вибору в 1 модулі на семестр – в ПДАБА); організації теоретичної й методичної підготовки (на кожному занятті в ДНУ ім. О. Гончара, 4 години навчальних занять на семестр в ПДАБА, 2 – в ДУАН); видів рухової активності, представлених в програмах; організації позанавчальних занять (вільний доступ в ДУАН, абонементні секції в ДНУ ім. О. Гончара та ПДАБА).

3. Результати констатувального експерименту свідчать, що особливості організації фізичного виховання в ЗВО впливають на ставлення студентів до фізичної культури, показники їх фізичного стану, рівень теоретичної та методичної підготовленості:

- за результатами анкетування, у позанавчальний час регулярно займаються фізичною культурою і спортом 36,6% студентів ДНУ ім. О. Гончара, 33,3% студентів ПДАБА і 51,6% студентів ДУАН. При цьому, студенти ДУАН надають перевагу заняттям на базі ЗВО, студенти ДНУ ім. О. Гончара та ПДАБА – самостійним заняттям;

- дослідження фізичного стану свідчить, що на першому курсі студенти різних ЗВО не мали статистично достовірних відмінностей за показниками фізичного розвитку, фізичної підготовленості та соматичного здоров'я ($p > 0,05$). З першого по другий курс у студентів ДУАН відбулося статистично достовірне ($p < 0,05$) поліпшення фізичного розвитку за показниками ЧСС у спокої, ЖЄЛ, динамометрії кисті; фізичної підготовленості – за показниками рівня розвитку витривалості, сили і гнучкості ($p < 0,05$). На третьому-четвертому курсах показники фізичного стану студентів ДУАН достовірно не змінювалися; у студентів ДНУ ім. О. Гончара також спостерігалась позитивна динаміка в показниках фізичного розвитку (показники ЧСС у спокої, ЖЄЛ, динамометрія кисті) і фізичної підготовленості за тими ж тестами, що й у студентів ДУАН, але у них виявлено більш повільні темпи приросту даних ($p < 0,05$). У студентів ПДАБА з першого по четвертий курс не визначено статистично достовірних змін показників фізичного стану ($p > 0,05$);

- дослідження теоретичної підготовленості студентів свідчить, що на початку першого курсу студенти всіх ЗВО продемонстрували низький рівень знань ($p > 0,05$). У кінці навчального року спостерігався достовірно вищий рівень показників теоретичної підготовленості у студентів ДНУ ім. О. Гончара в порівнянні зі студентами ПДАБА і ДУАН ($p < 0,05$). При цьому, слід зазначити, що рівень знань студентів залишився низьким, не досягнувши мінімальної задовільної оцінки в 60 балів, що зумовило необхідність пошуку шляхів удосконалення даного розділу програми. Схожі тенденції були виявлені в результаті дослідження методичної підготовленості студентів.

4. На основі аналізу отриманих даних розроблено організаційно-методичні умови оптимізації системи фізичного виховання студентів ЗВО, а саме: єдність цілей і змісту навчальних програм з фізичного виховання з урахуванням особливостей підготовки фахівців різного профілю; гнучке реагування на вимоги до майбутніх спеціалістів з боку соціуму; забезпечення індивідуального, диференційованого підходу в роботі зі студентами; введення в зміст навчального матеріалу інноваційних методів і технологій фізичного виховання; створення умов для формування інноваційної компетентності викладачів; вибір форм, методів і засобів навчання, що забезпечують досягнення мети фізичного виховання; реалізацію особистісно-діяльнісного, синергетичного підходу в навчанні; спрямованість навчально-виховного процесу на розкриття, подальший розвиток та вдосконалення здібностей і особистісних якостей студентів.

5. Для реалізації організаційно-методичних умов оптимізації системи фізичного виховання студентів запропоновано:

- складання рейтингу професійно значущих засобів фізичного виховання, визначення їх раціонального співвідношення в динаміці навчання в ЗВО для студентів різних груп спеціальностей;

- розроблення моделей спеціально організованої рухової активності студентів різних груп спеціальностей з урахуванням орієнтовної енергетичної вартості вправ з метою формування у студентів звички до щоденного використання засобів фізичного виховання в різноманітних формах занять;

- використання інтерактивних методів навчання в системі теоретичної та методичної підготовки студентів різних груп спеціальностей для формування свідомого ставлення студентської молоді до занять фізичною культурою, системи теоретичних знань та практичних навичок їх використання в професійній та суспільній діяльності, як складових фізичної культури особистості фахівця;

- застосування сучасних технологій організації діяльності тих, хто займається, у системі позанавчальних занять з фізичного виховання на основі врахування професійних вимог до розвитку фізичних та психічних якостей особистості студентів різних груп спеціальностей.

6. Аналіз результатів експертного оцінювання фахівців свідчить, що для підвищення ефективності системи фізичного виховання студентів доцільно: проводити навчальні заняття з фізичного виховання протягом усього терміну навчання в обсязі 4 годин на тиждень; враховувати інтереси студентів до вибору видів спорту та вимоги професійної діяльності до розвитку фізичних та психічних якостей майбутніх фахівців при складанні програм з фізичного виховання; використовувати моделі рухової активності для студентів різних груп спеціальностей; застосовувати сучасні методи теоретико-методичної підготовки. Таким чином, результати експертної оцінки свідчать, що запропоновані умови оптимізації системи фізичного виховання студентів є більш ефективними для формування фізичної культури особистості у порівнянні з наявними в ЗВО ($W_1=0,69$; $W_2=0,72$; $V<10\%$).

Перспективи подальших досліджень полягають у впровадженні та експериментальній перевірці ефективності запропонованих організаційно-методичних умов оптимізації системи фізичного виховання студентів в практику роботи закладів вищої освіти.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Кошелева О. Особливості змісту та організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2011. №1. С. 59-63. Фахове видання України.

2. Москаленко Н., Кошелева Е. Оценка эффективности системы физического воспитания в различных вузах Приднепровского региона. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2012. №1. С. 14-18. Фахове видання України. *Особистий внесок автора полягає в зборі первинних матеріалів дослідження, проведенні оцінки, узагальненні отриманих даних, формулюванні висновків.*

3. Кошелева О. Проблеми реалізації теоретичної підготовки в процесі фізичного виховання студентів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2012. №2. С. 84-87. Фахове видання України.

4. Кошелева Е.А. Организационно-методические условия построения процесса физического воспитания в вузе как фактор формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой. *Физическое воспитание студентов*. 2012. №4. С.70-73. Фахове видання України.

5. Кошелева Е. Динамика показателей физического состояния студентов разных вузов. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2014. №2. С. 57-62. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

6. Кошелева Е. Теоретико-методологические подходы к совершенствованию системы физического воспитания студентов. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2015. №2. С.87-92. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

7. Кошелева Е., Турчанников Н. Организационно-методические условия совершенствования системы физического воспитания студентов. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. №3. С.98-103. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок автора полягає в аналізі науково-методичної літератури, проведенні експериментальних досліджень, аналізі та узагальненні отриманих даних, формулюванні висновків.*

8. Кошелева Е. Сравнительный анализ эффективности различных подходов к организации теоретической подготовки студентов в системе физического воспитания. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. №1. С.165-170. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

9. Москаленко Н., Кошелева Е. Особенности организации методической подготовки студентов в системе физического воспитания различных вузов Приднепровского региона. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. №3. С.91-96. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок автора полягає в аналізі науково-методичної літератури, проведенні експериментальних досліджень, аналізі та узагальненні отриманих даних, формулюванні висновків.*

10. Кошелева О. Фізична підготовленість студентів закладів вищої освіти різного профілю протягом навчання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. №1. С.152-158. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

11. Кошелева Е. Особенности физической подготовки студентов разных групп специальностей. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. №2. С.50-57. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

Опубліковані праці апробаційного характеру

12. Кошелева Е. Теоретическая подготовка в системе физического воспитания студентов. Материалы международной научно-практической конференции по проблемам физической культуры и спорта государств-участников СНГ, 23-24 мая 2012 г. Минск, Республика Беларусь. С. 80-83.

13. Кошелева Е.А. Динамика показателей физической подготовленности студентов как один из критериев эффективности системы физического воспитания в вузе. «Здоровье для всех»: сборник статей V международной научно-практической конференции, УО «Полесский государственный университет», Пинск: ПолесГУ, 2013. С.302 – 305.

**Опубліковані праці, які додатково відображають
наукові результати дисертації**

14. Афанасьєв С.М., Кошелева О.О., Сьомочкіна О.М. Порівняльний аналіз ефективності використання засобів оздоровчої фізичної культури різної спрямованості в системі самостійних занять студентів ВНЗ. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2011. №1. С. 27-30. Фахове видання України. *Особистий внесок автора полягає в аналізі науково-методичної літератури, проведенні експериментальних досліджень, аналізі та узагальненні отриманих даних, формулюванні висновків.*

АНОТАЦІЇ

Кошелева О.О. Оптимізація організаційно-методичних умов системи фізичного виховання у закладах вищої освіти. – Кваліфікаційна наукова робота на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». – Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Дніпро, 2019.

Дисертація присвячена обґрунтуванню, розробці та оцінці організаційно-методичних умов оптимізації системи фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти.

На основі даних літературних джерел та результатів констатувального експерименту були розроблені організаційно-методичні умови оптимізації системи фізичного виховання студентів ЗВО, які передбачали: єдність цілей і змісту навчальних програм з фізичного виховання з урахуванням особливостей підготовки фахівців різного профілю; введення в зміст навчального матеріалу інноваційних методів і технологій фізичного виховання; вибір форм, методів і засобів навчання, що забезпечують досягнення мети фізичного виховання.

Аналіз результатів експертного оцінювання фахівців свідчить, що запропоновані умови оптимізації системи фізичного виховання студентів є більш ефективними у порівнянні з наявними в ЗВО.

Ключові слова: система фізичного виховання, студенти, заклади вищої освіти, оптимізація, організаційно-методичні умови, фізична підготовка, теоретична підготовка, методична підготовка.

ABSTRACT

Kosheleva O. Optimization of organizational and methodological conditions of physical education system in institutions of higher education. – Qualifying scientific work on the rights of manuscripts.

Thesis for the Philosophy Doctor in Physical Education and Sports by specialty 24.00.02 «Physical Culture, Physical Education of Different Population Groups». – Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport, Dnipro, 2019.

The dissertation is about the substantiation, development and evaluation of organizational and methodological conditions for optimization of the system of students' physical education in higher education institutions.

The scientific work presents a comparative analysis of the peculiarities of building a physical education system in the state multidisciplinary institution of higher education (Dnieper National University named after Oles Honchar), the state polytechnic institution of higher education (Prydniprovsk State Academy of Civil Engineering and Architecture) and private institution of higher education, which provide a preparation of specialist in the field of economy and management (Dnieper University named after Alfred Nobel).

A comparative analysis of the peculiarities of the physical education system construction in the different universities showed that they have significant differences in terms of the total number of hours spent studying Physical Education; duration of its study at the courses; sports and fitness systems presented in the programs; approach to the implementation of the basic and elective components of the program; organization and content of theoretical and methodological training; control systems of mastering the main sections of the program; organization of fitness and sports work in extra-curricular time.

The effectiveness of physical education in institutions of higher education was determined by the indicators of physical state, the level of theoretical and methodological preparedness of students, their motivation for physical education. The received data allowed us to evaluate the effectiveness of various organizational and methodological conditions for the construction of a physical education system in a higher education institution.

Organizational and methodological conditions for optimization of the physical education system of students in universities were developed on the basis of the obtained data. These conditions included: determination of principles and organizational and methodological conditions of functioning of the system of students' physical education, which included: unity of goals and content of training programs on physical education taking into account the peculiarities of specialists of different profiles; flexible response to the demands of future specialists from the society; providing an individualized, differentiated approach in working with students; introduction of innovative methods and technologies of physical education into the content of the educational material; creation of conditions for formation of teachers' innovative competence; the choice of forms, methods and teaching aids to achieve the goal of physical education; realization of a personal-active, synergetic approach in education; the focus of the educational process on the disclosure, further development and improvement of students' abilities and personal qualities.

The measures necessary for realization of organizational and methodical conditions of optimization of physical education system of students are determined:

- compilation of a rating of the professionally important means of physical education, determination of their rational correlation in the dynamics of study in higher education institution for students of different groups of specialties;
- development of models of specially organized physical activity of students in different groups of specialties taking into account the approximate energy cost of exercises

in order to form students' habits to daily use of physical education in various forms of classes;

- use of interactive teaching methods in the system of theoretical and methodological training of students in different groups of specialties to form a conscious attitude of student youth to physical education, a system of theoretical knowledge and practical skills of their use in professional and social activities, as components of the physical personality of a specialist;

- use of modern technologies of organization extracurricular physical education classes on the basis of taking into account professional requirements for the development of physical and mental qualities of students' personality in different groups of specialties.

The organizational and methodological conditions for optimization of the system of students' physical education in higher education institutions were subjected to expert evaluation. The results of expertise show that in order to increase the efficiency of the system of students' physical education it is advisable: to conduct classes of physical education for the entire term of study in the amount of 4 hours per week; to take into account the interests of students in the choice of sports and the requirements of professional activity for the development of physical and mental qualities of future specialists in the preparation of programs on physical education; use models of motor activity for students of different specialty groups; apply modern methods of theoretical and methodological preparation.

Thus, the results of the peer review indicate that the proposed conditions for optimization of the physical education system of students are more effective for the formation of individual physical culture compared to those available in higher education institutions.

Key words: physical education system, students, institutions of higher education, optimization, organizational and methodological conditions, physical training, theoretical training, methodological training.

Підписано до друку 29.10.2019 р. Формат 60х90/16.
Ум. друк. арк. 1,1. Обл.-вид. арк. 1,1.
Тираж 100 прим. Зам. № 45
Видавництво «ПФ Стандарт-Сервіс»
Свідоцтво про внесення до державного
реєстру ДК № 3197 від 28.05.2008 р.
м. Дніпро, вул. Володимира Великого, 2, оф. 48.