

**О. А. Томенко**

**НЕСПЕЦІАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРНА  
ОСВІТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ  
ТЕОРІЯ І МЕТОДОЛОГІЯ**

*Монографія*

**Суми  
Видавництво «МакДен»  
2012**

УДК 378.16:796.012.6(07)

ББК 74.580.267

Т 56

*Рекомендовано Вченою радою*

*Національного університету фізичного виховання і спорту України*

*(протокол № 1 від 31 серпня 2011 року)*

**Рецензенти:**

**Н. В. Москаленко** – проректор з наукової роботи Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор;

**Є. Н. Приступа** – ректор Львівського державного університету фізичної культури, доктор педагогічних наук, професор;

**Н. Н. Чайченко** – завідувач кафедри теорії та методики вищої професійної освіти Сумського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти, доктор педагогічних наук, професор

**Томенко О. А.**

**Т56 Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: теорія і методологія** : [монографія] / О. А. Томенко. – Суми : Вид-во «МакДен», 2012. – 276 с. : іл.

**ISBN 978-966-2305-36-4**

У монографії викладено теоретико-методологічні основи та практичні питання щодо неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, подано зміст та обґрунтування її концептуальної моделі. Робота містить розкриття досвіду міжнародної практики неспеціальної фізкультурної освіти, аналіз понятійного апарату і концептуальних підходів стосовно цього явища.

Для фахівців сфери фізичної культури і спорту, вчителів, викладачів, аспірантів та студентів.

**ISBN 978-966-2305-36-4**

УДК 378.16:796.012.6(07)

ББК 74.580.267

© Томенко О. А., 2012

© Видавництво «МакДен», 2012

# ВСТУП

У наш час до утилітарного розуміння фізичної культури додається її гуманітарна сутність, наголошується на зміщенні акценту із суто фізичного на освітній, виховний та оздоровчий аспекти, ставиться питання не про фізичне виховання у вузькому розумінні, а про фізкультурне виховання (Л. І. Лубишева, 1998), неспеціальну (загальну, непрофесійну) фізкультурну освіту (В. В. Приходько, 1991; В. М. Кряж, 1996; В. М. Видрін, 1995; А. В. Лотоненко, 1999; В. І. Григор'єв, 2001; В. В. Пономарьов, 2002; С. В. Барабашов, 2003; Ю. Ф. Курамшин, 2003), що у разі використання формально-логічного підходу локалізується на стику понять «культура», «виховання», «освіта» і методологічно межує з поняттями «спеціальна (професійна) фізкультурна освіта», «фізична культура» та «фізичне виховання».

Як свідчить другий абзац ЗАКОНУ УКРАЇНИ «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні» № 2998-ХІІ від 05.02.1993 р. зі змінами, внесеними згідно із Законом № 1659-IV (1659-15) від 23.03.2004 р., молоддю є громадяни України віком від 14 до 35 років. Саме на цей вік припадає період професійного самовизначення людини, закладення життєво важливих навичок рухової діяльності, це роки, коли вона як учень школи, студент ВНЗ є частиною освітнього процесу, у тому числі з фізкультурної освіти. Разом з тим у літературі практично відсутні дані про зміст (функції, форми, засоби, принципи) неспеціальної фізкультурної освіти молоді людини на етапі школа – ВНЗ, зміни і взаємозв'язок між рівнем фізичної активності молоді на різних етапах навчальної діяльності тощо.

На думку А. В. Лотоненко (1999), неспеціальна фізкультурна освіта є основною формою існування фізичної культури у школах та вищих навчальних закладах нефізкультурного профілю і найчастіше цей процес пов'язують з уроками фізичної культури у школі, заняттями з фізичного виховання у вищих навчальних закладах (ВНЗ), але «поле» функціонування неспеціальної фізкультурної освіти є більш розгалуженим,

вона досить часто здійснюється стихійно у межах побутової, професійної, оздоровчо-рекреаційної діяльності у позанавчальний час.

Актуальність і доцільність дослідження проблеми формування теоретико-методологічних основ неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді зумовлена наявністю суперечностей, що потребують пояснення і виправлення:

1) на рівні концептуалізації освітньої діяльності у сфері фізичної культури:

– між сучасним усвідомленням необхідності культурологічного підходу до освіти молоді людини і домінуванням моноспрямованої фізично орієнтованої парадигми у методології й теорії фізичної культури, а також педагогічній практиці навчальних закладів;

– між необхідністю теоретичного обґрунтування й уточнення поняття про неспеціальну фізкультурну освіту і недостатністю наукових досліджень у цьому напрямку;

– між визнанням необхідності подолання кризових явищ у фізичному вихованні учнівської молоді (шаблонності, нормативізації, орієнтації переважно на розвиток фізичних якостей) та недостатністю теоретичних уявлень про шляхи його вдосконалення для формування фізичної культури особистості;

– між накопиченим практичним досвідом та науково-методологічним підґрунтям фізичної культури учнівської молоді та недостатньою їх інтеграцією й узагальненням для побудови теорії неспеціальної фізкультурної освіти;

2) на рівні змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді:

– між абстрактною формою подання змісту неспеціальної фізкультурної освіти у вигляді лише «знань, умінь і навичок» та необхідністю вираження його змісту у вигляді цінностей і смислів, що є провідними у процесі формування особистості;

– між активним поширенням олімпійської освіти та базових засад олімпійської педагогіки в Україні та недостатньою їх інтегрованістю у практику неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді;

– між нагальною необхідністю і практичною нерозробленістю способів кількісної оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості молоді, що навчається.

Виявлені суперечності дозволили сформулювати наукову проблему, що полягає у невизначеності теоретико-методологічних основ неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Цілісно теорія і методологія неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, принципи, рівні організації, зміст, засоби та форми реалізації, у тому числі можливості

використання для цього положень олімпійської педагогіки, досі не були предметом наукового дослідження.

У теорії та методиці фізичної культури накопичений значний науково-теоретичний досвід щодо структури і функцій фізичної культури учнівської молоді, зокрема з проблем, пов'язаних з фізкультурною освітою цього контингенту: В. М. Кряжем, Ю. Ф. Курамшиним і Т. Ю. Круцевич обґрунтовано принципи формування та зміст фізичної культури особистості; В. М. Платоновим, Ю. М. Шкретієм, Ю. А. Бріскіним, достатньо глибоко розроблено аспекти теорії і практики спеціальної фізкультурної освіти; В. В. Приходьком обґрунтовано поняття і технологія непрофесійної фізкультурної освіти студентів.

Українські дослідники активно розробляють окремі аспекти процесів та суспільних явищ, що межують із неспеціальною фізкультурною освітою учнівської молоді: професійно-прикладної фізичної підготовки студентів (Л. П. Пилипей, 2011); здоров'язбереження серед учнівської молоді (О. О. Єжова, 2010; С. М. Футорний, 2011), рекреаційної діяльності (О. В. Андрєєва, 2007; Т. Ю. Круцевич, 2010). Проте сьогодні існують значні розбіжності у розумінні змісту неспеціальної фізкультурної освіти та її місця у структурі фізичної культури особистості.

Проведене нами дослідження дозволило отримати низку нових наукових положень, а також зробити нові висновки, що у сукупності розв'язують важливу наукову проблему – проблему розробки та обґрунтування теоретико-методологічних основ неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді.

У результаті дослідження з опорою на теоретичне підґрунтя, філософський, загальнонауковий, спеціальнонауковий рівні у структурі методологічного знання, базуючись на сучасних наукових підходах, автором уперше: розроблено й обґрунтовано зміст концептуальної моделі неспеціальної фізкультурної освіти як нового напрямку у структурі фізичної культури учнівської молоді, яка містить змістовно-процесуальний і персоніфіковано-результативний рівні; теоретичну, практичну, аксіологічну, рухову і здоров'язбережну складові; визначено та обґрунтовано структуру, функції, принципи, умови і форми реалізації, засоби і рівні неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді; здійснено аналіз та узагальнення міжнародної практики неспеціальної фізкультурної освіти; проаналізовано підходи до розгляду неспеціальної фізкультурної освіти.

Дослідження дозволило автору доповнити новими даними понятійний апарат неспеціальної фізкультурної освіти, уточнити визначення поняття про неспеціальну фізкультурну освіту; доповнити відомості про рівень соматичного здоров'я й рухової активності школярів; розробити та обґрунтувати алгоритм кількісної оцінки та спосіб експрес-оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді.

У роботі подальшого розвитку дістало вивчення особливостей мотиваційно-ціннісної сфери, оволодіння руховими діями і теоретичними знаннями з фізичної культури школярів 8–11 класів та студентів.

Нами також унесено нові положення у теорію фізичної культури як галузь знань, обґрунтовано структуру, функції, принципи, умови і форми реалізації, засоби і рівні неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, розроблено алгоритм кількісної оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді.

Автор монографії щиро вдячний за допомогу у проведенні дослідження науковому консультанту, доктору наук з фізичного виховання і спорту, професору Т. Ю. Круцевич, президенту Олімпійської академії України, доктору педагогічних наук, професору М. М. Булатовій, ректорату, відділу докторантури та аспірантури, науково-педагогічним працівникам Національного університету фізичного виховання і спорту України, Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка та інших вищих навчальних закладів.

## Розділ 1

# ПРОБЛЕМНЕ ПОЛЕ ТА ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ НЕСПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ



Використовуючи обґрунтовану нижче методологію для введення поняття про неспеціальну фізкультурну освіту на підставі змістовного аналізу, ми прагнули зафіксувати і систематизувати всі ті різноманітні компоненти, що відображені у визначеннях поняття неспеціальної фізкультурної освіти. Наше завдання полягало у тому, щоб на основі використаної попередниками методології відобразити весь зміст поняття «неспеціальна фізкультурна освіта» й уточнити його визначення.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить про те, що існують певні труднощі та розбіжності у розумінні змісту неспеціальної фізкультурної освіти, визначенні її базисних понять. Для розв'язання цієї проблеми важливо обрати правильну методологію, зокрема чітко розрізняти змістовний і термінологічний аспекти їх визначень. Таким чином, необхідно подати низку понять, що межують із неспеціальною фізкультурною освітою, серед яких поняття культури, освіти, виховання, фізкультурної освіти, фізкультурного виховання, фізичної культури, фізичного виховання, фізичної освіти, олімпійської освіти та ін.

Під час проведення наших досліджень, спираючись на системний та формально-логічний підходи, ми окреслили коло понять, пов'язаних з об'єктом і предметом дослідження та близькими за змістом явищами із суміжних сфер знання. Увесь понятійний апарат, що застосовували у дослідженні, було структуровано на два рівні: філософський (загальнонауковий) та предметний (спеціальнонауковий).

## Понятійний апарат загальнонаукового рівня, що стосується неспеціальної фізкультурної освіти

Ґрунтовне опрацювання першого рівня не є завданням нашого дослідження, тому обмежимося констатацією й аналізом базових загальноприйнятих визначень. Поняття, що, на нашу думку, локалізуються на філософському (загальнонауковому) рівні, становлять філософські концептуальні основи неспеціальної фізкультурної освіти і є системоутворюючими. Серед них ми виділили ті поняття, що найщільніше співвідносяться зі змістом, цілями і завданнями неспеціальної фізкультурної освіти.

Провідне місце у цій групі посідає поняття «культура», що традиційно навіть серед фахівців має широкий спектр трактувань, які є часто взаємовиключними. Ми його ввели через очевидний зв'язок фізкультурної освіти з культурологічною складовою, яка насамперед потребує формулювання поняття «культура» (це слово є одним із найбільш уживаних у сучасній українській мові, але це доводить швидше багатозначність, ніж вивченість або осмисленість явища).

Одним із перших загальне поняття про культуру було дано ще у 1871 р. англійським ученим-етнографом Е. Тейлором: «Культура – це певна складна цілісність, що містить знання, вірування, мистецтво, мораль, закони, традиції та інші здібності і звички, що набуваються і досягаються людиною як членом суспільства» [182].

Поняття «культура» (від латин. *cultura* – «догляд», «освіта», «розвиток») може бути охарактеризоване як: сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людством протягом історії, а досягнення суспільства в галузі освіти, науки, мистецтва, літератури, в організації державного і суспільного життя є його духовною культурою; рівень, ступінь розвитку певної галузі господарської або розумової діяльності; інтелектуальність, освіченість, начитаність; освоєння, гуманізація, облагородження людиною природи; все, що створене руками і розумом людини; сукупність способів і прийомів людської діяльності (як матеріальної, так і духовної), об'єктивованих у предметних, матеріальних носіях (засобах праці, знаках), що передаються прийдешнім поколінням; визначальний фактор потреб і поведінки людини, яка засвоюється у сім'ї або через інші суспільні інститути, певний набір цінностей, стереотипів сприйняття, поведінки і дій у навколишньому середовищі [33].



Майже всі дослідники асоціюють феномен «культура» не з природною (біологічною) складовою, а із соціальною, а також ноосферою (сферою діяльності людського розуму), причому не тільки з її результатами, але й з процесом (механізмом) цієї діяльності, із соціально відпрацьованими способами і цілепокладанням тощо. Автори виділили вісім підходів до розуміння культури [2]. Серед них ототожнення культури з:

- сукупністю штучно створених людиною предметів, що утворюють «другу природу» людського світу, яка відрізняється від світу «першої природи», від усього, що дано людині природним шляхом;

- специфічною для людини системою адаптації до середовища, передусім як система технологій, що створюються людиною для задоволення власних потреб;

- особливою сферою громадського життя і сукупністю специфічних культурних різновидів соціальної діяльності (творчих видів практики, зокрема художньої творчості), у тому числі відповідних форм її організації та розповсюдження – музеїв, театрів, бібліотек;

- найвищим рівнем прояву розвитку людської цивілізації як своєрідним зібранням найкращих творінь, створених людством у різноманітних галузях творчої діяльності;

- соціальною діяльністю, яка має позитивну спрямованість та прогресивний зміст, засоби й результати, орієнтовані винятково на гуманістичні цінності та ідеали;

- притаманним лише людській (соціальній) практиці ціннісним «зрізом» різноманітних форм діяльності – економічної, політичної, художньої та символічними змістами, що надаються діям людини і їх результатам у межах цих форм, що дозволяє виділити не тільки ці форми соціальної діяльності, але й економічну, політичну, художню, релігійну та інші види культури;

- сукупністю норм, цінностей, ідеалів, що існують поза межами не тільки першого (природного), але й другого (соціального) світу і створюють зовнішню щодо соціальної практики «третю реальність», що регулює її спрямованість;

- рівнем розвитку самої людини – її знань, умінь, здібностей.

Розглядаючи зв'язок згаданих вище концепцій і визначень культури із предметом нашого дослідження, найбільш прийнятною ми вважаємо концепцію культури, що ґрунтується на ціннісному базисі, який використовується для формування «надбудови» у вигляді інших складових культури. Цей підхід обґрунтував В. І. Столяров [124] для характеристики діяльності соціального суб'єкта (індивіда, соціальної групи, суспільства в цілому) зі створення,

засвоєння і споживання багатогранного світу цінностей. Згідно з такою концепцією культура містить як самі цінності, так й інші соціальні явища, що забезпечують і регулюють виробництво, споживання, селекцію і трансляцію, тиражування, збереження і розвиток цінностей. Отже, ми розуміємо культуру як сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людством у процесі історичної практики. Це тлумачення науковці трансформували для визначення поняття фізичної культури, про що піде мова нижче.

Ще одним важливим поняттям, що, на нашу думку, доцільно висвітлити для доповнення концепції наших досліджень і яке знаходиться на філософському рівні, є поняття «гуманізм». Воно також має велику кількість значень і тлумачень. У структурі цього терміна лежать кілька слів: грецьке «*homo*» (людина), що може розумітися як частина людського роду і як індивід; латинські слова «*humanus*», «*humanitas*» та «*humaniora*», що мають багато значень і можуть застосовуватися у двох варіантах – описовому (констатувальному) та оцінному. «*Humanus*» та «*humanitas*» у приблизному перекладі означають людський, той, що належить до роду людського або їх можна трактувати як людяний – ознаку певного способу поведінки людини, що визнається у конкретному суспільстві достойною, позитивно оцінюється соціумом [5].

Класичне визначення гуманізму дав Сократ: «людина є найвищою цінністю», тобто гуманістична філософія є насамперед системою поглядів, що найвищою цінністю розглядає людину (не владу, матеріальні цінності, мистецтво тощо). Гуманізм фактично є перспективою, що розглядає цілісного індивіда як центральну постать стосовно усього іншого [163].

Витоки поняття і концепції гуманізму викладені у працях представників відомої філософської течії – філософів-софістів. Один із найвідоміших софістів Протагор висловив відоме положення: «людина – міра всіх речей», що означає доцільність виміру соціуму «людською мірою», а сама людина є критерієм оцінки явищ і процесів, що відбуваються у суспільному житті. Таким чином, гуманним є все, що у соціумі робиться задля людини, її повноцінного розвитку, потреб та здоров'я [61].

Щодо нашої галузі глибокий аналіз терміна «гуманізм» здійснив М. В. Дутчак [46; 47] у процесі розробки та обґрунтування концепції гуманізації процесу залучення населення до рухової активності як методологічної основи формування системи спорту для всіх в Україні. Автор з'ясував сутність та еволюцію гуманізму, суперечності та особливості гуманізації фізичного виховання та спорту.

На наш погляд, іншим базовим поняттям, що локалізується на загальнонауковому рівні, є освіта. Значення, в якому поняття «освіта» вживається зараз, виникло наприкінці XVIII ст. під впливом Й. Г. Песталоцці та неогуманістів, означало тоді загальний духовний процес формування людини на противагу виховним методам просвітителів. Відтоді це поняття набуло більш широкого значення й прийнято виділяти загальну освіту, яка здобувається у школі (початкова і середня), дає знання, прищеплює уміння й навички, потрібні кожній людині у повсякденному житті, і спеціальну освіту (наприклад наукову, технічну, музичну), що озброює людину знаннями, уміннями і навичками, необхідними для працівника певної галузі. Спеціальні і професійні знання можуть розглядатися як освіта у справжньому значенні цього слова тільки в тому випадку, якщо вони пов'язані із загальною освітою. Освіта як захист проти сил, що «знеособлюють» людину, в демократичному суспільстві стає питанням життя як для окремих людей, так і для суспільства в цілому [35; 151].

Серед розмаїття понять освіти найбільш близькими до концепції наших досліджень є такі: «цілісний процес фізичного і духовного формування особистості, процес соціалізації, свідомо орієнтований на деякі ідеальні образи, на історично зумовлені, зафіксовані у громадській свідомості соціальні еталони» [41]; «освіта – цілеспрямований процес виховання і навчання в інтересах людини, суспільства і держави, пов'язаний з оволодінням соціально значущим досвідом людства, що виражається у знаннях, уміннях, творчій діяльності та соціально-ціннісному ставленні до світу, необхідна умова діяльності особистості і суспільства щодо збереження і розвитку культури» [100].

Майже тотожне розуміння відображене і в енциклопедичній літературі, де освіту визначено як цілеспрямований процес виховання і навчання в інтересах людини, суспільства і держави, що супроводжується констатацією досягнення громадянином установлених державою освітніх рівнів. За Міжнародним стандартним класифікатором освіти, запровадженим ЮНЕСКО, освіта містить види цілеспрямованої і систематичної діяльності, що здійснюється з метою задоволення освітніх потреб і є організованим, стійким процесом комунікації, що породжує навчання, а також результат (формування системи знань, умінь і навичок) та процес виховання, самовиховання, розвитку і саморозвитку [35; 157].

Деякі вітчизняні фахівці [160] досить глибоко проаналізували це поняття. Спираючись на наукові публікації провідних педагогів сучасності,

вони відзначили, що автори тлумачать цей термін як процес і як результат (засвоєння, опанування, оволодіння сукупністю знань або систематизованих знань, умінь і навичок).

Розглядаючи освіту як специфічну єдність навчання, виховання, розвитку і соціалізації задля інтересів особистості та суспільства в цілому, доцільно наголосити на помітній подібності цих процесів у контексті створення та подальшого засвоєння певних норм та цінностей.

Досить важливе значення для наших досліджень має введення поняття «професійна освіта» як підготовка в навчальних закладах спеціалістів різних рівнів кваліфікації для трудової діяльності в одній із галузей народного господарства, невід’ємна складова єдиної системи освіти.

Зміст професійної освіти включає: поглиблене ознайомлення з науковими основами й технологією обраного виду праці; прищеплення спеціальних практичних умінь і навичок; формування психологічних і моральних якостей особистості, важливих для роботи у певній сфері людської діяльності. Термін «професійна освіта» розуміють і як сучасну систему професійної освіти в Україні, що охоплює вищу, середню спеціальну і професійно-технічну освіту [35].

Наступне поняття, яке ми розглядаємо, – це виховання. У цьому контексті доцільно буде відзначити, що воно існує у широкому та вузькому розуміннях. Виховання у широкому розумінні – це суспільне явище, вплив на особистість суспільства, становлення особистості, здатної виконувати соціальні функції. Виховання у вузькому розумінні – це спеціально організована діяльність педагогів і вихованців з реалізації цілей освіти в умовах педагогічного процесу. Воно передусім спрямовано на формування певних переконань, моральних, вольових, естетичних та інших якостей, смаків, норм громадської поведінки, а також потреб та інтересів, певної мотивації [15].

Так, в енциклопедичній літературі [100, с. 382] йде мова про три змісти цього поняття: соціальний (широкий) – як функція суспільства (здійснюється соціумом – суспільними організаціями, установами, церквою, засобами масової інформації, культурою, сім’єю, школою) з підготовки підростаючого покоління до життя; вузький – спеціально організований, керований процес формування людини, що здійснюється педагогами у навчально-виховних закладах і спрямований на розвиток особистості; третій зміст – передача суспільно-історичного досвіду новим поколінням з метою їх підготовки до суспільного життя й виробництва.

Виховання як педагогічну категорію дослідники відповідної галузі досить часто розглядають у нерозривному зв'язку з процесом освіти і навчання. У літературі [160] здійснено глибокий аналіз даного явища у процесі розгляду понять «олімпійська освіта» і «олімпійське виховання» з опорою на методи теоретичної інтерпретації.

Обране для нашого розгляду поняття про навчання науковці найчастіше розуміють у вузькому значенні як цілісний педагогічний процес організованої і стимульованої активної навчально-пізнавальної діяльності учнів з оволодіння науковими знаннями, вміннями і навичками, результат розвитку творчих здібностей, світогляду, морально-етичних поглядів і переконань, а у широкому розумінні – це викладання й учіння [100, с. 382].

В іншому енциклопедичному виданні [101] навчання подане як сумісна цілеспрямована діяльність учителя й учнів, під час якої відбувається розвиток особистості, її освіта і виховання. Поняття «навчання» є багатозначним. Властивість навчатися належить до фундаментальних рис усіх живих систем. Під час соціального розвитку навчання стає специфічним видом соціальної діяльності, перетворюється на засіб передачі соціального досвіду.

У проблемному полі інтерпретації понять, пов'язаних з об'єктом і предметом наших досліджень, слід позначити ще одну проблему – плутанину у розумінні змісту процесів розвитку і виховання стосовно фізичної культури учнівської молоді. З розвитком на заняттях фізичною культурою і спортом часто ототожнюють зміцнення здоров'я, удосконалення рухових здібностей, форм тіла, а з вихованням – формування ідеологічних переконань, норм поведінки, що відповідають вимогам суспільства, сторін інтелектуальної, вольової та емоційної сфер, рис характеру, естетичних смаків й етичних уявлень, а не навпаки. З позицій культурологічного підходу слід унести певні корективи в окреслену проблему. Не зрозуміло, наприклад, чому коло питань щодо розвитку обмежується лише вдосконаленням рухових якостей і форм тіла, функціональних можливостей.

### **Понятійний апарат спеціальнонаукового рівня, що стосується неспеціальної фізкультурної освіти**

У межах спеціальнонаукового (предметного) рівня, на нашу думку, доцільним є розкриття категорій та понять теорії фізичної культури, що становлять методологічну основу реалізації спеціальної фізкультурної освіти дітей та молоді. До таких базових понять слід віднести: фізичну

культуру, фізичну культуру особистості, фізичне виховання, фізкультурну освіту, олімпійську освіту, фізкультурну діяльність, фізкультурно-оздоровчу діяльність та ін.

Останнім часом знову загострилися понятійно-термінологічні дискусії науковців з приводу інтерпретації поняття «фізична культура». Так, Ю. М. Ніколаєв [92; 93] убачає причину цього у завершенні створення загальної теорії фізичної культури як окремого наукового напрямку, а гносеологічна ситуація у пізнанні феномену фізичної культури, осмисленні її сутності, функцій, структурних компонентів, зв'язків з потребами суспільства і людини в цілому характеризується якісно новою стадією – стадією розуміння феномену фізичної культури з позицій культурологічного знання. На думку В. Б. Коренберга [65] та Н. М. Лапіної [70], дискусія між науковцями з цього приводу триває і досі.

Виникнення терміна «physical culture» констатоване наприкінці ХІХ століття в Англії, виходячи з характерного для того часу розуміння культури як процесу, пов'язаного з вихованням когось-небудь [87]. В основі його змісту лежить раціональне використання людиною рухової активності, спрямованої на формування необхідних рухових умінь, а також на розвиток життєво важливих рухових здібностей, оптимізацію здоров'я і працездатності.

Згідно з традиційними уявленнями, фізична культура – це частина загальної культури, сукупність духовних та матеріальних цінностей, способів їх виробництва і використання з метою оздоровлення людей та розвитку їх фізичних якостей [131]. Це явище належить до одного із наукоємних класів явищ теорії фізичної культури і має тривалий період розвитку [121], на наш погляд, невід'ємно пов'язане з такими поняттями, як «фізичне виховання», «фізична підготовка», «фізичний стан», «фізична досконалість», «фізичний розвиток» тощо.

За даними енциклопедичної літератури [102], фізична культура трактується як частина загальної культури суспільства, одна зі сфер суспільної діяльності, спрямованої на зміцнення здоров'я і розвиток фізичних здібностей людини. Вона містить фізичне виховання і спорт, сукупність спеціальних наук, знань і матеріальних благ, створених для використання фізичних вправ з метою вдосконалення біологічного і духовного потенціалу людини, й охоплює особисту і громадську гігієну, широко використовує сили природи, виховує правильний режим роботи і відпочинку. Це найбільш широке і розгалужене визначення поняття «фізична культура» охоплює всі її складові та цільову спрямованість.

У науковій літературі одним із найбільш вдалих визначень поняття «фізична культура» вважається сформульоване В. М. Видріним [25], що застосував для цього формульний варіант, урахувавши підходи, що були базовими на момент його визначення (культурологічний, діяльнісний), та специфіку фізкультурної діяльності. Таким чином, поняття фізичної культури було визначене як вид культури суспільства, специфічний спосіб і результат діяльності, спрямований на фізичне вдосконалення людини.

Існує й інше значення «Фізичної культури» як шкільного предмета: «Фізична культура у школі – навчальний предмет, основним змістом якого є вивчення фізичних вправ, рухових дій, рухливих і спортивних ігор, що сприяють зміцненню здоров'я, фізичному розвитку та вдосконаленню рухових здібностей учнів з метою їх підготовки до життя, праці і професійної діяльності» [25]. Це визначення досить однобічно відображає зміст такого багатогранного явища, як фізична культура, локалізуючись лише на руховому компоненті і зміцненні здоров'я.

Отже, термін «фізична культура» використовується у широкому розумінні як суспільне явище, що поєднує спорт, фізичне виховання, неспеціальну фізкультурну освіту, фізичну рекреацію, фізичну реабілітацію, а також пов'язані з ними систему знань, матеріальні предмети тощо. Разом з тим існує й вузьке розуміння, що відповідає назві навчального предмета у шкільній освіті.

Основна причина такого обмеженого підходу до фізичної культури як складової загальної культури полягає у її подвійному статусі. З одного боку, «Фізичну культуру» вводять безпосередньо до навчального процесу як навчальний предмет, а з другого – розглядають фізичне виховання як важливу складову особистісного розвитку, формування гармонійно і всебічно розвиненої особистості. В іншому випадку виховання виходить за межі навчального предмета і крім уроків «Фізичної культури» містить оздоровчо-гігієнічну роботу в режимі навчального дня, самостійні заняття учнів, позакласну роботу та позашкільну роботу.

Останнім часом дедалі більш яскраво простежується тенденція до вузького розуміння фізичної культури як такої, що пов'язана з тілесністю та естетикою, а в окремих джерелах її характеризують як творчу діяльність із засвоєння і створення цінностей у сфері фізичного вдосконалення людини і її соціально значущі результати [87].

Цей термін має недоліки насамперед через дуже широкий спектр значень не тільки у повсякденному вживанні, а й у науковій літературі, що призводить

до підміни понять та неправильного їх розуміння. Як зрозуміло з вищезазначеного, на різних історичних етапах розвитку наукової думки у літературних джерелах накопичено різноманітні варіації трактування поняття «фізична культура», однак, на нашу думку, ані безпосередньо ці визначення понять, ані їх структурне наповнення не мають принципових відмінностей між собою, а лише є результатом впливу парадигм, що панували протягом кожного періоду. Більшість дослідників беззаперечно відзначали те, що це явище є засобом задоволення як біологічних, так і соціальних потреб людства.

Сучасні дослідження [27; 74; 132; 141; 144; 145] суттєво доповнюють дані щодо розрізнення понять «фізична культура» і «фізичне виховання» у школярів. Автори пропонують розглядати «Фізичну культуру» у школі як одну з провідних дисциплін навчального плану, що має на меті формування спеціальних знань, умінь і навичок щодо використання засобів фізичної культури для забезпечення оптимальної життєдіяльності, фізичного та інтелектуального самовдосконалення. Вони наголошують на необхідності надання школярам інформації про корисність оволодіння руховими вміннями і навичками та способами творчого застосування цих знань.

Якщо провести узагальнення визначень поняття «фізична культура», то можна виокремити три основні складові явища:

- сукупність духовних та матеріальних цінностей суспільства;
- процес засвоєння цінностей педагогічними засобами або безпланово, стихійно;
- результат засвоєння у вигляді досягнутого рівня здоров'я, фізичної підготовленості, сформованих інтересів та цінностей.

Таким чином, фізична культура постає як один із різновидів культури, що передбачає формування та задоволення особистісних потреб у фізичному самовдосконаленні через розвиток соматичних, психічних та соціальних структур особистості.

До спеціалізованих видів фізкультурної діяльності поряд з іншими відносять й освіту, а фізична культура учнівської молоді може бути зарахована до навчально-прикладної форми, що призначена для підготовки до майбутньої життєдіяльності. На думку деяких авторів, для позначення процесу фізичного навчання і виховання у навчальних закладах найбільш прийнятними є терміни «фізкультурна освіта» [20; 127], «неспеціальна фізкультурна освіта» [24], «загальна фізкультурна освіта» [68] або «освіта з фізичної культури» [43] (табл. 1.1).



**Тлумачення понять «фізкультурна освіта»,  
«неспеціальна фізкультурна освіта», «непрофесійна  
фізкультурна освіта» у літературі**

<b>Поняття</b>	<b>Визначення</b>	<b>Джерело</b>
Фізкультурна освіта (освіта у сфері фізичної культури)*	Цілеспрямований процес формування фізичної культури людини, спрямований на розвиток рухових навичок і фізичних якостей, необхідних у повсякденній і професійній діяльності, оволодіння знаннями біологічних резервів й адаптаційних можливостей людини	[41, с. 54]
Особистісно орієнтована фізкультурна освіта*	Педагогічний процес, спрямований на засвоєння аксіологічного потенціалу фізичної культури, що містить формулювання системи світоглядних категорій, ціннісних орієнтацій на фізичне самовдосконалення, здоровий спосіб життя, соціальну активність	[125, с. 37]
Фізкультурна освіта школярів*	Процес поетапного засвоєння і формування у школярів цінностей фізичної культури – інтелектуальних, рухових, інтенційних	[11, с. 120]
Фізкультурна освіта школярів**	Частина більшої освітньої системи, пов'язаної зі здоров'ям, що містить необхідний рівень організації занять фізичними вправами в урочній та позаурочній формах проведення занять, рівень шкільного харчування, контроль постави школярів, здоров'язбережні технології у змісті різних предметів, додаткові заходи з фізкультурної освіти у школі, організацію активного дозвілля	[176, s. 43]
Фізкультурна освіта*	Цілеспрямований вплив соціального середовища на людину з метою формування у неї здібностей до фізкультурної діяльності	[127, с. 15]
Непрофесійна фізкультурна освіта	Складова частина різнобічної освіти особистості, важлива для раціональної організації її індивідуальної життєдіяльності	[111, с. 14]
Неспеціальна (непрофесійна) фізкультурна освіта*	Процес, спрямований на всебічний фізичний розвиток	[24, с. 15]

*Примітки:* \* – довільний переклад з російської; \*\* – довільний переклад з польської.

Термінологічне осмислення сутності та змісту неспеціальної фізкультурної освіти було проведено групою авторів. Так, В. М. Видрін [24] розглядає її як процес, спрямований на всебічний фізичний розвиток (табл. 1.1), що, на наш погляд, є дуже спрощеним і дискусійним визначенням.

В іншому джерелі [20] автор поняття «фізкультурна освіта» (абсолютно очевидно не маючи на увазі підготовку фахівців сфери фізичної культури і спорту) розглядає як знання, уміння і навички, якими повинні оволодіти учні для успішного здійснення життєдіяльності, розвитку та відновлення фізичних і духовних сил, реабілітації та корекції здоров'я, виховання позитивних моральних та волевих якостей, організації корисного дозвілля та активного відпочинку, формування основ здорового способу життя. Тут автор дає досить розгалужене визначення поняття, але не враховує у його структурі засвоєння цінностей фізичної культури, формування мотивів та інтересів як пускових механізмів практичної освітньої діяльності людини.

Інше розуміння фізкультурної освіти (знов-таки у її «неспеціальному» значенні) подано у навчальних посібниках І. І. Сулейманова [127; 128], який пов'язує фізкультурну освіту з впливом соціального середовища, а саме: «цілеспрямований вплив соціального середовища на людину з метою формування у неї здібностей до фізкультурної діяльності». Він одним із перших серед фахівців безпосередньо у визначенні поняття зосереджує увагу на пріоритеті діяльнісного компонента фізкультурної освіти.

На думку С. В. Барабашова [11], стосовно контингенту школярів фізкультурна освіта – це процес поетапного засвоєння і формування у них цінностей фізичної культури – інтелектуальних, рухових, інтенційних. Тобто розуміння аксіологічного компонента як базової складової фізкультурноосвітнього процесу школярів у цьому випадку відіграє провідну роль. У визначенні автор під інтелектуальними цінностями, очевидно, мав на увазі здобуття спеціальних знань, під руховими – засвоєння життєво важливих умінь та навичок.

Якщо модифікувати визначення поняття «фізична освіта», запропоноване ще П. Ф. Лесгафтом у 1912 р. [72] та інших працях: «фізична освіта – це процес формування організму й особистості, у тому числі й особливо під впливом спеціально організованих факторів, що містить систему фізичних вправ та інші спеціальні засоби» і вдосконалене послідовниками [127], то поняття про фізкультурну освіту можна визначити як соціально-педагогічну практику засвоєння і практичного наслідування цінностей фізичної культури для всебічного і гармонійного розвитку людини з метою успішного виконання соціальних функцій.

Близьким за змістом до поняття «фізкультурна освіта» є поняття «фізичне виховання», що з позицій традиційного підходу багатьма дослідниками розуміється як складова частина системи загального виховання; спеціально організований процес, спрямований на зміцнення здоров'я і загартування

організму людини, гармонійний розвиток її функцій і фізичних можливостей, формування важливих рухових здібностей, умінь і навичок [102, с. 464].

Часто фізичне виховання ототожнюють із цілеспрямованою діяльністю зі зміни фізичного стану людини відповідно до нових соціальних ідеалів, норм на основі використання нових форм рухової активності, раціонального режиму праці і відпочинку та природних сил. Як правило, виділяють три компоненти такої діяльності: навчання рухових дій; формування і вдосконалення певних інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій, що пов'язані з тілесністю людини, а також процесом її модифікації у потрібному напрямку; формування і вдосконалення відповідних знань [90; 136; 144].

В. І. Столяров [125], з позицій переосмислення теорії фізичного виховання, одним із перших структурував широке визначення поняття «фізичне виховання» і виділив його окремі складові: «фізичне навчання» як навчання рухових дій і вдосконалення фізичних якостей; «фізична освіта» як формування і вдосконалення відповідних знань; безпосередньо «фізичне виховання» у вузькому розумінні як формування відповідних ідеалів та цільових установок.

Зазначений підхід виник на основі прийнятого у філософській, соціологічній та педагогічній літературі розмежування трьох підсистем: особистості – інформаційної, мотиваційної й операціональної та пов'язаного з цим подвійного застосування понять «виховання», «освіта», «навчання». У більш широкому розумінні як цілеспрямованого впливу на три вищезгадані підсистеми особистості з метою формування певного комплексу знань, умінь і навичок, ціннісних орієнтацій тощо та у вузькому – як педагогічного впливу лише на одну з підсистем (освіта – формування знань; виховання – формування мотивації; навчання – формування вмінь і навичок).

У свою чергу О. Ц. Демінський [39] зазначає, що фізичне виховання є частиною загальної системи виховання людини, що тісно пов'язана з розвитком певних рухових якостей, спрямована на вирішення освітньо-виховних завдань, якій притаманні загальні ознаки педагогічного процесу. Його специфічною ознакою, на думку автора, є спрямування на навчання рухів і виховання фізичних якостей (здібностей).

В. К. Бальсевичем [9] та Л. І. Лубишевою [76] уведено поняття «фізкультурне виховання» як фізичне виховання у широкому розумінні. Перший відзначив, що основними компонентами фізичної культури є: знання про шляхи і засоби фізичного вдосконалення, уміння та навички їх практичного застосування, сформована стійка потреба у систематичній фізичній активності як обов'язкова складова здорового способу життя. На базі виділення згаданих

вище компонентів автори ввели поняття фізкультурного виховання, що здатне сприяти більш глибокому засвоєнню цінностей фізичної культури, але ця концепція була критично проаналізована В. В. Приходьком, який для переходу на більш якісний стан системи фізичного виховання студентів увів інше поняття – «непрофесійну фізкультурну освіту», що за його задумом повинна існувати як своєрідна підсистема [111]. Обидва поняття поряд із неспеціальною фізкультурною освітою широко вживаються на пострадянському просторі, у тому числі в Україні, але поняття «непрофесійна фізкультурна освіта» застосовується тільки стосовно студентів.

У деяких працях [25; 75] фахівці пропонують повернення фізичному вихованню історичної назви «фізична освіта» (введена П. Ф. Лесгафтом) у сучасній інтерпретації терміна. В. М. Видрін обґрунтував доцільність саме такої назви для позначення педагогічного процесу, спрямованого на «озброєння» знаннями про вплив фізичних вправ на людину, навчання, розвиток фізичних якостей (здібностей), рухових навичок, що забезпечує фізичну підготовку людини до життя, громадсько-політичної діяльності [25].

Разом з тим унаслідок культурологічного переосмислення термінологічного апарату фізичної культури деякі автори [39; 145] фізичне виховання у вузькому розумінні пов'язують лише з удосконаленням фізичних якостей, «вихованням фізичного у дитині». Існує думка, що альтернативою широкому значенню фізичного виховання є неспеціальна фізкультурна освіта як формування системи знань, потреб, інтересів та ціннісних орієнтацій.

У традиційній системі понять найчастіше не диференціюються вказані нами компоненти, зміст фізичного виховання обмежується процесом навчання рухових дій та розвитком фізичних якостей усупереч включенню освітнього і виховного його компонентів. Наприклад, в одному з довідкових видань подано ще одне визначення поняття фізичного виховання у вузькому розумінні: «фізичне виховання – педагогічний процес, спрямований на формування рухових навичок і розвиток специфічних здібностей (швидкісних, силових, координаційних, витривалості, гнучкості)» [136, с. 49]. Таким чином, доцільно відрізнити вплив фізичного виховання від стихійного впливу середовища на фізичний розвиток людини та від цілеспрямованого впливу на нього засобами генетики [125, с. 38].

У результаті проведеного дослідження ми відзначили, що досить часто спостерігається підміна понять, які є близькими до фізкультурної освіти, наприклад «фізичне виховання» і «фізична культура». На понятійному рівні

основна відмінність фізичного виховання і фізкультурної освіти полягає в тому, що фізкультурна освіта спрямована на створення свідомого й активного учасника освітнього процесу, що здатен організувати свій стиль життя відповідно до ідеалів здорового способу життя, що і визначають увесь характер життєдіяльності людини в онтогенезі.

Проаналізувавши викладені вище визначення, слід зробити висновок про те, що у трактуванні понять «фізична культура» і «фізичне виховання» фахівці досить часто припускаються помилок, дублюючи і змістовно ототожнюючи їх між собою, крім того, досить часто однобічно й утилітарно уявляючи зміст понять. На наш погляд, більш влучним і сучасним визначенням процесів і діяльності, яких вимагає сучасна шкільна освіта у контексті гармонійного розвитку рухової, тілесної, ціннісної та інтелектуальної сфер учнівської молоді, а також зміцнення здоров'я, є термін «неспеціальна фізкультурна освіта». Учням шкіл необхідно надавати наукові знання щодо закономірностей і механізмів функціонування організму, основ збереження здоров'я, засобів саморегуляції, а також стимулювати їх особистісний розвиток.

За даними аналізу літературних джерел, а також згідно з власною інтерпретацією змісту понять «фізична культура», «фізичне виховання», «неспеціальна фізкультурна освіта», абсолютно однаковим серед вищезгаданих визначень є лише об'єкт впливу, що свідчить про їх щільний взаємозв'язок. Міркуючи про мету цих процесів та явищ, доцільно відзначити, що цей компонент ідентифікує спеціальну фізкультурну освіту як самостійне явище, створюючи підґрунтя для побудови її теорії (табл. 1.2).

Іншою ознакою, що вирізняє спеціальну фізкультурну освіту, є форма існування, відмінність якої, на наш погляд, полягає у ширшій, ніж для фізичного виховання, соціальній складовій та не завжди цілеспрямованому (інколи хаотичному) характері. Загальні результати явищ та процесів, що ми розглянули, певним чином співвідносяться з аксіологічною складовою життєдіяльності.

Отже, апріорі «фізична культура» як найбільш широке явище створює нові цінності, виховання гармонійно розвиненої особистості є результатом фізичного виховання, а певний ступінь засвоєння цінностей, що продукуються фізичною культурою, є проміжним етапом формування фізичної культури особистості як результату спеціальної фізкультурної освіти (табл. 1.2).

**Співвідношення змісту понять «фізична культура»,  
«фізичне виховання» та «неспеціальна фізкультурна освіта»  
(за результатами аналізу науково-методичної літератури)**

<b>Поняття</b>	<b>Фізична культура</b>	<b>Фізичне виховання</b>	<b>Неспеціальна фізкультурна освіта</b>
Форма існування	Суспільне явище	Педагогічний процес	Педагогічний процес (не завжди цілеспрямований)
Об'єкт	Людина, особистість	Людина, особистість	Людина, особистість
Мета	Задоволення потреб особистості та суспільства у фізичному самовдосконаленні	Задоволення потреб особистості та суспільства у формуванні всебічно (духовно та фізично) розвиненої людини, сприяння підвищенню рівня її життєдіяльності, фізична досконалість і гармонійний розвиток	Сприяння формуванню фізичної культури особистості
Загальний результат	Нові цінності і технології їх засвоєння	Виховання гармонійно розвиненої особистості	Сформованість фізичної культури особистості

На наш погляд, однією з важливих проблем теорії неспеціальної фізкультурної освіти є змістовне співвідношення понять «фізкультурна освіта» та «олімпійська освіта», визначення останньої було наведене у вітчизняній літературі [17].

На думку деяких авторів, фізкультурна освіта – це цілеспрямований процес формування фізичної культури людини, спрямований на вдосконалення і розвиток рухових навичок та фізичних якостей, необхідних у повсякденній і професійній діяльності, на оволодіння знаннями біологічних резервів та адаптаційних можливостей людини [41]. Як педагогічний процес вона пов'язана із загальною культурою особистості і національними традиціями суспільства [133]. Відмінністю ж олімпійської освіти у цьому випадку є міжнародний характер олімпізму як її ядра, що має мультикультурний характер [18; 31].

На думку О. В. Дівінської [41], іншою відмінністю фізкультурної освіти є переважний вплив на рухові здібності, оздоровчий ефект. Таким чином, вона не може поглинути весь зміст олімпійської освіти, яка зорієнтована на ідеали, принципи і цінності олімпізму.

На спільні ознаки цих процесів указує ще й аксіологічна їх основа – цінності, що характеризують готовність людини до ефективної, соціально необхідної діяльності, що має тілесно-рухову базу.

На наш погляд, фізкультурна освіта (у її загальному, неспеціальному спрямуванні) є більш широким процесом стосовно олімпійської освіти, що, скеровуючи людину до кінцевої мети – формування фізичної культури особистості через засвоєння цінностей фізичної культури, може містити і засвоєння цінностей олімпізму, його виховний та освітній потенціал для гармонійного розвитку особистості. Отже, олімпійська освіта може бути складовою фізкультурної як у її спеціальному, так і неспеціальному спрямуванні. Це передбачення підтвержене також у літературних джерелах [11] шляхом визначення олімпійської освіти як форми фізкультурної освіти у навчальних закладах.

Оскільки кінцевою метою неспеціальної фізкультурної освіти ми декларуємо сприяння формуванню фізичної культури особистості учня, то доцільним буде ще й подати визначення і конкретизувати це поняття. Згідно з базовим підручником з теорії і методики фізичного виховання сфери фізичної культури і спорту, фізична культура людини (індивідуума, особистості) – це «процес оволодіння знаннями, вміннями і навичками виховної, навчальної, оздоровчої і рекреаційної діяльності для подальшого використання у процесі самовдосконалення, а також результат – рівень фізичного здоров'я, який людина зможе зберегти або покращити завдяки своєму бажанню, знанням, здоровому способу життя та руховій активності» [131].

Ураховуючи очевидну залежність результатів неспеціальної фізкультурної освіти від цілеспрямованої діяльності педагогів й учнів, слід додатково подати поняття «фізкультурна діяльність», яке з позицій діяльнісного підходу було сформульоване В. В. Приходьком [111, с. 118], як реалізація умотивованою і самовизначеною людиною суб'єктивованих одиниць фізичної культури, відтворених нею, а також створення нових для забезпечення адекватності свого психофізичного стану мінливим умовам життя і виробництва.

Проте існує й інше поняття, що відображає цільову спрямованість фізкультурної діяльності на збереження і зміцнення здоров'я, – «фізкультурно-оздоровча діяльність», найбільш вдалим його визначенням ми вважаємо подане О. В. Ріхтер: «Фізкультурно-оздоровча діяльність – це багатофакторна система реалізації природних здібностей та адаптаційних

можливостей людини на основі активізації цілеспрямованої м'язової діяльності» [116].

Здійснений нами аналіз понятійного апарату неспеціальної фізкультурної освіти не є першою такою спробою. В. І. Столяров [125] у результаті критичного осмислення всього понятійного апарату фізичної культури та її змісту, а також інтерпретації поняття «соціалізація» та соціальної модифікації тіла людини розробив авторську концепцію «соматичної (фізичної) культури». Науковець не відкинув парадигму про домінування рухового компонента, але наголосив не на формах рухової діяльності, а на інших засобах цілеспрямованого впливу на фізичний стан людини.

Ця концепція суттєво відрізняється від попередніх розглядом поняття особистості в інтеграції понять «освіта» і «фізична культура», що дозволило сформулювати базове визначення поняття особистісно орієнтованої фізкультурної освіти як педагогічного процесу, який спрямований на засвоєння аксіологічного потенціалу фізичної культури, що містить формулювання системи світоглядних категорій, ціннісних орієнтацій на фізичне самовдосконалення, здоровий спосіб життя, соціальну активність молоді людини. Якщо заглибитися у зміст цього процесу, гіпотетично можна передбачити, що особистість здобуває не тільки знання, вміння і навички, але й через ціннісне «поле» засвоює певні шаблони поведінки, соціокультурний досвід фізкультурної активності, будує власну систему світогляду у сфері фізичної культури і спорту.

Таким чином, аналіз й узагальнення вітчизняної літератури свідчить про досить різноманітні підходи дослідників до розуміння змісту поняття «неспеціальна фізкультурна освіта». Одна з головних проблем полягає у тому, що фахівці для позначення процесу, що змістовно відповідає неспеціальній фізкультурній освіті, застосовують інші поняття, наприклад «фізкультурне виховання» і «фізична освіта», а також некоректно застосовують поняття «фізичне виховання». Кожному з цих понять вони дають різну інтерпретацію.

Незважаючи на певний ступінь вивченості окресленого кола понять, ми вбачаємо необхідність у подальшому уточненні й обґрунтуванні поняття про «неспеціальну фізкультурну освіту». Чому ми обрали це поняття для позначення процесу формування фізичної культури особистості молоді людини, що не навчається у навчальному закладі фізкультурного спрямування? Адже у нормативно-правових актах України, що регулюють діяльність галузі (закони, доктрини, положення), воно не відображене.



Відзначимо, що основний нормативно-правовий документ галузі – Закон України «Про фізичну культуру і спорт» – не обов'язково містить усі новітні наукові категорії теорії і практики фізичної культури: відсутнє, наприклад, таке поширене поняття, як «олімпійська освіта» та ін. Водночас близьке поняття до неспеціальної фізкультурної освіти – «фізкультурна освіта» – застосовується в Україні для позначення процесу підготовки кадрів відповідної галузі ще на початку 90-х років ХХ століття у контексті докорінного її реформування. До Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006–2010 роки було включено дослідження з фізкультурної освіти: за узагальненою темою 1.2. «Система організації фізкультурної освіти та кадрового забезпечення галузі фізичної культури і спорту» та основною темою 1.2.1. «Реформування вищої фізкультурної освіти в контексті Болонської інтеграції», на сторінці 24 у назві пошукової теми 3.1.6.1п «Управління здоров'ям людини як напрямок фізкультурної освіти».

Поняття «фізична освіта», запропоноване П. Ф. Лесгафтом, на нашу думку, має у сучасному контексті певні недоліки. По-перше, неоднозначність трактування, про що було сказано вище, можливість термінологічної плутанини через наявність такого шкільного навчального предмета, як «Фізика», по-друге, однобічність змісту, який, незважаючи на задуми автора, на практиці охоплює і спрямований лише на фізичну (тілесну) складову людини. Тому вживати його у нашому випадку буде не зовсім коректно.

Якщо взяти за основу поняття «професійна освіта» (від слова «професія») і спробувати його трансформувати до «непрофесійної фізкультурної освіти» (поняття, уведене В. В. Приходьком стосовно студентства ще у 1991 році), виникає ще одна невідповідність, адже професійну освіту у літературі розуміють як сукупність знань, умінь і навичок, оволодіння якими дає змогу працювати спеціалістом вищої, середньої кваліфікації або кваліфікованим робітником [35]. А у наших дослідженнях, які стосуються школярів, мова йде не тільки про фізкультурну освіту в контексті підготовки фахівців певного рівня, тобто студентів коледжів, технікумів, університетів, але й молоді, яка здобуває загальну середню освіту у школах, гімназіях, ліцеях та інших навчальних закладах. Водночас в енциклопедичній літературі з педагогіки введено поняття «спеціальна освіта». Динаміка спеціальностей більш оперативно, ніж професія, відображає тенденції, пов'язані з науково-технічним прогресом, спеціальність є більш рухливим, ніж професія, елементом у системі професійного розподілу праці [101]. Таким чином, за аналогією ми можемо використовувати і термін «неспеціальна освіта» (у нашому випадку – «неспеціальна фізкультурна освіта»).

Зважаючи на викладене вище, ми вважаємо за потрібне у формулюванні поняття неспеціальної фізкультурної освіти спиратися не на категорію «професія», а на категорію «спеціальність» в її освітньому та галузевому контекстах як вид трудової діяльності, що здійснюється на основі профільованої теоретичної і практичної підготовки, отримавши таким чином поняття «неспеціальна фізкультурна освіта».

Унаслідок інтеграції думок дослідників ми уточнили визначення поняття неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, яка, на нашу думку, є різновидом фізичної культури, педагогічним процесом, що здійснюється як цілеспрямовано у середніх загальноосвітніх навчальних закладах, спортивних та фізкультурно-оздоровчих клубах і секціях, так і недостатньо цілеспрямовано під час побутової, оздоровчо-рекреаційної діяльності, у системі спорту для всіх з метою сприяння формуванню фізичної культури особистості через засвоєння цінностей фізичної культури, оволодіння специфічними знаннями, формування відповідної мотивації та рухових навичок.

Іншим розробленим нами поняттям, що стосується неспеціальної фізкультурної освіти і характеризує її результати, є неспеціальна фізкультурна освіченість – це такий рівень засвоєння цінностей фізичної культури, оволодіння спеціальними знаннями і життєво важливими руховими діями, і, як результат, рівень рухової активності і соматичного здоров'я, які дозволяють забезпечити ефективне формування фізичної культури особистості молоді людини.

Таке визначення поняття відображає структурні компоненти неспеціальної фізкультурної освіченості: аксіологічний – засвоєння цінностей фізичної культури (інтелектуальних, рухових, технологічних, мобілізаційних); практичний – рівень оволодіння життєво важливими руховими діями, що мають прикладне значення у житті молоді людини; теоретичний – рівень спеціальних знань зі сфери фізичної культури і спорту; руховий – рівень рухової активності, який демонструє людина; здоров'язбережний – наявний рівень соматичного здоров'я.

## **Особливості розвитку неспеціальної фізкультурної освіти школярів за кордоном**

Ретроспективний аналіз програм з фізичного виховання і розвитку системи фізичного виховання в цілому на території колишнього СРСР та у сучасній Україні, здійснений вітчизняними фахівцями [18; 73], дав змогу зробити висновки про необхідність переосмислення і перебудови всієї

системи шкільного фізичного виховання у напрямку гуманізації, здоров'язбереження та забезпечення реалізації прагнень дитини як окремо взятої особистості. У цьому компоненті нашу країну певною мірою випереджають Росія й окремі високорозвинені країни Північної Америки, Європи та Азії. Тому аналіз зарубіжного досвіду фізкультурної освіти школярів у її неспеціальному компоненті, безумовно, є необхідним для вдосконалення відповідної системи у нашій країні.

Доводиться констатувати наявність унікального парадокса, який полягає в тому, що в нашому суспільстві, незважаючи на майже сторічну історію систематичного викладання в загальноосвітній школі навчального предмета «Фізична культура», дотепер ведуться суперечки про його мету [85], що зумовило неможливість формування консолідованих уявлень про те, якою повинна бути шкільна фізкультурна освіта.

Проведений фахівцями різнобічний аналіз ситуації засвідчив, що досі у змісті викладання навчального предмета «Фізична культура» у школі пріоритет віддається або рекреаційно-оздоровчій, або спортивно-тренувальній спрямованості. При цьому його освітня основа, як правило, взагалі випадає з поля зору практичних працівників, незважаючи на те, що саме вона повинна становити головний зміст будь-якого навчального предмета [88].

Відверта і систематична підміна освітнього змісту занять з фізичної культури у школі змістом інших різновидів фізичної культури школяра – рекреаційної діяльності, спортивного тренування тощо, а також їх перетворення на розважальні заходи, в одну із форм активного відпочинку, на думку фахівців [3], є головною причиною незадовільного стану неспеціальної фізкультурної освіти школярів. Саме ця парадоксальна обставина є основною причиною неякісного виконання як освітніх, так і оздоровчо-розвиваючих завдань, нераціональних витрат навчального часу, втрати уроком фізичної культури своєї освітньої функції, перетворення його з основної в одну із звичайних форм реалізації неспеціальної фізкультурної освіти, а також головною причиною сумнівів у його необхідності в розкладі школи.

Підвищення ефективності системи фізичного виховання повинно відбуватися не тільки за рахунок кількісних змін, але й через якісне покращання змісту і спрямованості від традиційних форм до застосування розширеного кола засобів, що відповідають засадам фізкультурної освіти (освітня, виховна й оздоровча робота не тільки з учнями, а й з батьками, урахування їх інтересів і зацікавлень). Разом з тим не всі сучасні педагогічні працівники готові до впровадження фізкультурно-освітніх технологій через

власний недостатній рівень фізкультурної освіченості, загальної культури, бідний духовний світ [82; 88].

Розвиток фізичного виховання дітей та молоді в системі освіти, виведення його на світовий рівень мають здійснюватися в контексті широкої інтеграції до міжнародної системи освіти та взаємообміну передовим досвідом. Без перейняття досвіду інших сьогодні не може успішно розвиватися ніяка країна, без знання нового у світі, у своїй професії не може бути конкурентоспроможним жоден фахівець [46; 47].

Вивчення зарубіжного досвіду реалізації технологій шкільної фізкультурної освіти дає чітке уявлення про базові напрями розвитку передової педагогічної думки у сфері фізичної культури в різних країнах. Роль фізкультурної освіти у накопиченні і збереженні соціокультурних цінностей, що набуті суспільством, є досить важливою. Пізнання передової зарубіжної думки про фізичне, духовне та естетичне у людині також сприяє формуванню світогляду і професійних якостей у шкільних педагогів [89]. Значні дослідження у цьому напрямку провели О. В. Андрєєва [4], М. М. Булатова [16; 19] та В. І. Лях [81]. Доведено, що концепції фізкультурної освіти школярів у різних країнах Європи відрізняються основними ідеями і часом виникнення, виходячи із соціокультурних та історичних коренів країн, але загальною ідеєю є підготовка дітей та молоді до раціональної рухової активності протягом усього життя.

Дослідниками [4] проаналізовано зміст й обсяги занять з фізичного виховання школярів провідних країн світу (Австрія, Велика Британія, Бельгія, США, Фінляндія, Франція, Японія та інші), спільною ознакою, що характеризує фізичне виховання у всіх країнах, є наявність у його змісті загальнорозвиваючих вправ, ігор, гімнастичних вправ, або гімнастики, плавання, теоретичні заняття є тільки в Австрії, Бельгії, США, Франції та Японії. Найбільший обсяг часу відведено на фізичне виховання у США та Великобританії (5 годин на тиждень), причому в останній відсутня єдина програма, а найменший обсяг – в Австрії та Фінляндії (загалом від 2-3 годин щотижня у різних варіаціях).

Розвиток неспеціальної фізкультурної освіти на базі шкіл у світі виражається в урочній, позаурочних та позанавчальних формах реалізації, але загалом ситуація з практичним запровадженням шкільної неспеціальної фізкультурної освіти на різних континентах не є однаковою. К. Hardman [170] з 2000 року розпочав Перший міжнародний огляд фізичної культури за підтримки МОК та інших організацій, що підтвердив проблеми, пов'язані з

розподілом часу на шкільну фізкультурну освіту, невідповідністю між навчальними вимогами і практикою, незадовільною інфраструктурою, нестачею обладнання, недостатністю фінансових ресурсів, низькою кваліфікацією вчителів, а також перевантаженістю класів.

За даними огляду, лише дві країни світу виконують міжнародну рекомендацію з обсягу часу, відведеного на фізкультурну освіту (150 або більше хвилин на тиждень), 36 держав розпочинають неспеціальну фізкультурну освіту в початковій школі (молодші класи), 42 держави – із середньої школи. Для дітей із сімей з низьким доходом досить часто шкільна фізкультурна освіта – це єдине джерело підтримки спеціально організованої рухової активності під керівництвом фахівців. Дівчата значно рідше залучені до шкільних заходів з фізкультурної освіти, ніж хлопчики, особливо у містах. Існує також проблема якості неспеціальної фізкультурної освіти (проведення уроків, фізкультурно-спортивних свят, побудови програм з фізкультури у школах, співробітництва між школами, спільнотою та клубами) [170].

Фізкультурна освіта у школах була висунута на перший план на початку 90-х років ХХ ст. як відповідь на зниження її статусу у шкільних навчальних планах у кількох країнах протягом 70–80-х років. У 1999 р. було організовано зустріч керівників освітніх відомств країн світу з питання фізкультурної освіти в Берліні за підтримки МОК, ЮНЕСКО і ВООЗ. Результатом зустрічі стало створення Берлінського порядку денного з рекомендаціями урядам щодо здійснення політики з фізкультурної освіти. Як опосередкований результат зустрічі на вищому рівні, міжурядові і неурядові агентства, такі, як ООН, ЮНЕСКО, Рада Європи, Європейський парламент, Європейська асоціація фізкультури (EUPEA) і Центральна рада з фізичної рекреації (CCPR) представили комюніке на підтримку фізкультурної освіти [179; 180].

У 2009 р. було оприлюднено черговий Міжнародний огляд фізкультури з результатами перевірки у реальних умовах тих рекомендацій, які надала берлінська зустріч на вищому рівні. Результати засвідчили, що у менш розвинених країнах відбулися незначні зміни за минуле десятиліття, тоді як з високорозвинених надійшли контрверсійні повідомлення. Автори вказують на тенденцію до зменшення часу на фізкультурну освіту [162]. Середній щотижневий час на фізкультурну освіту у школах у 2008 р. становив 100 хвилин для початкових шкіл (116 хвилин у 2000 р.) і 102 хвилини для середніх шкіл (143 хвилини у 2000 р.). Крім того, шкільна фізкультурна освіта втратила свій обов'язковий статус у 6% країн світу. Три чверті азіатських країн затвердили навчальні плани з фізкультурної освіти, але рекомендований розподіл часу виконано тільки в одній третині з них.

У Китаї, де можливості шкіл здійснювати фізкультурну освіту зумовлені регіональними особливостями, фізкультурна освіта – єдине джерело організованої фізичної активності для десятків мільйонів молодих людей. Незважаючи на реформи навчального плану та збільшення кількості вчителів, існують проблеми з їх компетентністю та професійною придатністю. В індійських і пакистанських школах фізкультурна освіта рідко включається в навчальні плани через брак компетентних учителів і неадекватне сприйняття фізкультурної освіти як неосвітньої «розважальної» діяльності. У сільських районах дівчата відмовляються від уроків фізкультурної освіти, тому що це робить їх «нежіночними» [184].

У Японії фізкультурна освіта має обов'язковий статус у навчальних планах, у позанавчальний час вона також контролюється Центральною радою з освіти та культури з метою забезпечення її якості і співробітництва з місцевими громадами. У Південній Кореї існує брак послуг та обладнання для фізкультурної освіти, вона має дуже низький статус, лунають офіційні пропозиції зробити її вибірковим, а не обов'язковим предметом у школі. Інша азійська країна – Сінгапур – стоїть перед обмеженнями, пов'язаними з неадекватним обладнанням, послугами та розподілом часу на неспеціальну фізкультурну освіту, особливо в початкових школах. У В'єтнамі розподіл часу також не відповідає вимогам, фізкультурна освіта має дуже низький статус. У країнах Африки, починаючи з 1999 року, відбулися позитивні зміни у фізкультурній освіті, але залишився загальний брак якості послуг, устаткування і кваліфікованого персоналу. У 40% африканських країн зафіксовано незадовільний стан фізкультурної освіти дітей та молоді, і лише одна третина країн розглядають її якість достатньою. Часто фізкультурна освіта у школі має статус «неосвітньої» або «розважальної» дисципліни, тільки у 20% країн вона має рівне становище з іншими шкільними предметами [185].

Найгірший стан неспеціальної фізкультурної освіти зафіксовано у таких африканських країнах, як Бенін, Ботсвана та Уганда. У деяких країнах (наприклад Ботсвана і Малаві) для дівчаток заходи з фізкультурної освіти є лише додатковими й багато з них не беруть у них участь. Державне регулювання змісту неспеціальної фізкультурної освіти присутнє не у всіх країнах Африки. Найжорсткіше регулювання у Нігерії, де цей предмет викладається на двох різних рівнях складності: для звичайних учнів і для учнів з високими руховими показниками (має спрямування на високі спортивні досягнення) [181].

Дещо інший стан неспеціальної фізкультурної освіти у країнах Латинської Америки, де уряди зробили її обов'язковим предметом для початкової й середньої школи тільки недавно. Усі латиноамериканські країни мають затвержені на державному рівні навчальні програми з фізкультурної освіти, проте її частка у розкладі все ще залишається низькою. Незважаючи на міжнародні вимоги, з 2000 року спостерігалось зменшення обсягів часу, відведеного на цю дисципліну у всіх країнах, за винятком Чилі та Колумбії, тоді як активно розвивалися позашкільні програми з неспеціальної фізкультурної освіти, зокрема, «Агіта Сан Паоло» в Бразилії і «Мовете» в Аргентині, які привернули увагу до важливості фізичної діяльності для здоров'я молодих людей [183].

У Європі фізкультурна освіта – юридично закріплена дисципліна у всіх країнах ЄС, хоча у 20% країн немає загальнонаціонально затверджених навчальних планів (їх затверджують регіональні або місцеві освітні заклади). Більшість шкіл у ЄС надають якісні послуги з фізкультурної освіти, мають достатню кількість якісного обладнання. У середньому час, виділений на фізкультурну освіту, помітно зменшився: у початкових школах з 121 хвилини до 109 хвилин, у середніх – зі 117 до 101 хвилини. Позитивні зміни (покращання якості або збільшення розподілу часу) були відзначені у Бельгії, Хорватії, Данії та Швеції, тоді як Франція зменшила час на шкільну фізкультурну освіту. У східноєвропейських країнах реалізація фізкультурної освіти ускладнена через брак фінансових інвестицій, нових педагогічних ідей, відповідної інфраструктури [169].

Тенденція до впливу регіонального компонента фізкультурної освіти є однією з базових, школи отримують автономію у формуванні розкладу і змісту освіти. Особливістю фізкультурної освіти у США і Канаді є те, що вона не регулюється на національному рівні. У США місцеві освітні управління мають значну автономію, у Канаді зміст навчальних планів диктують законодавчі директиви у провінціях. У результаті є великі місцеві та регіональні відмінності в розподілі часу на фізкультурну освіту у цих двох країнах, але, на жаль, навіть у цьому випадку громадськість усе ще розглядає фізкультурну освіту як курс для найбільш талановитих учнів [94; 186].

Фахівці [178] висловлюють занепокоєння тим, що фізкультурна освіта в багатьох країнах надмірно зосереджена на спортивних змаганнях, наприклад з легкої атлетики, що може відштовхнути від спорту слабо фізично розвинених дітей, що сприймають поразку на змаганнях як образу.

За кордоном значна увага приділяється позашкільним і самостійним формам занять фізичними вправами, оптимізації рухової активності [19; 66]. Так, відомі: програма для норвезьких шкіл, що сприяє щоденному 60-хвилинному обсягу рухової активності; місячник «Пішки до школи» у чеському місті Квасіце та ін. Кінцевою метою фізкультурної освіти школярів у більшості зарубіжних країн є орієнтація на створення стабільного інтересу до занять через усвідомлення життєвої необхідності у руховій активності. Для цього у США, Японії, Австралії та Фінляндії як обов'язкові введені теоретичні заняття, що стосуються здоров'язбереження та рухової активності: «навчання здорового способу життя» (США, Японія), «навчання раціонального використання дозвілля» (Австралія), «формування навичок здорового способу життя» (Фінляндія). До переліку тем, що подані у вищезгаданих курсах, входять: раціональне харчування, основи гігієни, особисте здоров'я, профілактика захворювань, самоконтроль тощо [4; 23].

Зарубіжні фахівці наголошують на необхідності вдосконалення навчального процесу через урізноманітнення переліку рухових дій, які вивчають школярі, на основі використання ігор. Мається на увазі збагачення загального запасу рухів, який потенційно дозволить компенсувати потреби дитини у руховій активності. Значна увага також приділяється заохоченню дітей до застосування широкого діапазону рухів, найбільш раціонального обсягу рухової активності. Наприклад, уроки фізкультурної освіти у школі рекомендують організовувати так, щоб у вільний від занять час діти могли повторювати отриманий у школі матеріал (рухові дії), стимулюючи застосування системи заходів, що мають діяти і поза межами школи без участі вчителя [172].

Досить традиційною проблемою вітчизняної і зарубіжної практики фізкультурної освіти школярів є забезпечення оптимального співвідношення у навчальних планах рухових, інтелектуальних та оздоровчих завдань через застосування міжпредметних зв'язків, проблемного навчання, факультативних занять, занять за вибором [175].

В Австрії навчальні плани з фізкультурної освіти поділяються на індивідуальні та колективні розділи, в межах яких обирається зміст та спрямованість фізичних вправ з використанням специфічного принципу «природних вправ», що базується на природних, гармонійних рухах. Серед засобів, що використовуються, – туристичні походи, лижні прогулянки (збори), тижні краєзнавства, велопогулянки. Особливістю вдосконалення фізкультурної освіти в Австрії є застосування новітніх технологій, обладнання, спортивних споруд [81].



Для шкільної освіти Греції (особливо для початкових шкіл) актуальною проблемою залишається оцінка успішності з фізичної культури, вибір чітких її критеріїв. Її вирішенням став новий підхід до оцінки фізичної підготовленості школярів 8–10 років за системою: «відповідає», «відстає» або «випереджає» середньостатистичні нормативи у рухових тестах для цього віку і статі, а через певний період – за динамікою результатів у тестах. Фактично інтегральна оцінка дається за номограмою з трьох критеріїв (знання, руховий досвід, фізична підготовленість) [95; 96].

Головною особливістю методики проведення уроків у початкових школах Греції є навчання рухових умінь і навичок через участь у грі. При цьому вимоги до техніки виконання рухових дій знижені до мінімуму. Важливим є те, щоб школяр достатньо впевнено виконував життєво необхідні рухи, що вивчаються на уроках: ходьба, біг, стрибки, метання та ін. Ступінь оволодіння рухом оцінюється візуально, тому вчителю необхідно мати значний запас знань із традиційних грецьких ігор і танців, а також уміння організовувати ігрові ситуації з використанням необхідних для вивчення школярами рухів. Однак існують і недоліки у фізкультурній освіті грецьких школярів, наприклад недостатність на уроках засобів з розвитку: гнучкості і швидкісних здібностей у хлопців, сили кисті у хлопців 9 років, сили ніг у 10-річних хлопців, сили м'язів черевного преса у деяких 9–10-річних школярів [95; 96].

Для шкіл Нідерландів характерною ознакою є орієнтація на оволодіння широким діапазоном життєво необхідних рухових дій та спортизацію фізичного виховання. Спортивні змагання для школярів Нідерландів, розділених на вікові групи, проводяться у вигляді олімпіад, що забезпечує поступове підвищення фізичної працездатності відповідно до їх вікових особливостей. Для забезпечення ефективної фізкультурної освіти введено новий тип школи – «енвайронментальна школа», що органічно співпрацює із зовнішнім середовищем. У нашому випадку для вирішення завдань фізкультурної освіти школярів застосовується співпраця із спортивними клубами за місцем проживання. Завдання, на які спрямований розвиток дитячого і юнацького спорту Голландії, збігаються із відповідними завданнями фізкультурної освіти: збільшення кількості дітей, що займаються спортом у вільний від занять час у всіх вікових групах, особливо серед дівчат; підвищення привабливості спортивних занять для дітей і юнаків відповідно до їх інтересів [29].

У Німеччині основу курсу фізичного виховання становлять здоров'язберігаючі технології, формування у школярів загальної культури як базису фізичної культури, використання фізичної культури з виховною

метою, застосування суміжних наук (психології, анатомії) для підвищення результативності занять, високі фізичні навантаження, розвиток здібностей у фізично обдарованих учнів. Досвід Норвегії свідчить про доцільність застосування контрольних нормативів для оцінки рухової підготовленості та стану здоров'я школярів. Такі нормативи носять комплексний характер, мають за мету всебічну оцінку підготовленості і базуються на вправах з різноманітних видів спорту. Однак вони запроваджуються тільки з 13 років, не є обов'язковими, а для стимуляції їх виконання використовуються спеціальні заохочення (спеціальні значки на зразок «ГПО») [81].

На наш погляд, доцільно зупинитися на досвіді фізкультурної освіти на базі шкіл Польщі як найближчого сусіда України через значні регіональні, кліматичні, світоглядні та етнічні спільності наших країн. Тут фізкультурна освіта є обов'язковим предметом у школах, уроки доповнюються різноманітними формами позакласних, факультативних занять. Пропонується два обов'язкових уроки, а для 1–3 класів – по три уроки. Для школярів молодших класів застосовуються елементи легкої атлетики, гімнастики, рухливі ігри, катання на ковзанах, лижах, елементи спортивних ігор, тоді як старшокласники переважно зорієнтовані на матеріал з різноманітних видів спорту. Але останнім часом зі зміною вектора в бік фізкультурної освіти і збереження здоров'я у польських школах збільшився обсяг здоров'язберігаючих технологій. На думку фахівців, фізкультурна освіта повинна стати базовим етапом профілактики захворювань і збереження здоров'я людини в цілому [98; 99].

За даними W. Osiński, фізкультурна освіта школярів – це «частина більшої освітньої системи, пов'язаної зі здоров'ям; вона містить необхідний рівень організації занять фізичними вправами в урочній формі проведення занять та протягом перерв (у позаурочній), рівень шкільного харчування, контроль правильної постави школярів, здоров'язберігаючі технології у змісті різних предметів, додаткові заходи з фізкультурної освіти у школі, організацію активного відпочинку та інше» [176]. За даними польських авторів, така освіта вимагає залучення всього персоналу школи, батьків, представників місцевих організацій, що займаються поширенням спорту і здорового способу життя.

A. Krawański [173] наголошує на тому, що парадигма фізкультурної освіти полягає в тому, щоб особистість дбала про свій оптимальний психофізичний розвиток та фізичну форму у нерозривному зв'язку із станом здоров'я та якістю життя. Фізкультурна освіта для польських шкіл – це більше ніж шкільний урок, оскільки цей вид соціально значущої освіти і

просте слідування вказівкам учителя не може сформувати особистість, що відповідає за власне здоров'я і тіло. Рекомендується встановити цінності здорового способу життя як відображення власного тілесного досвіду, створювати педагогічні ситуації не тільки у процесі шкільних занять. Таким чином, фахівці застосували новий термін – «оздоровча (здоров'язбережна) освіта» як процес, в якому людина пізнає, як зберегти власне здоров'я і здоров'я оточуючих людей.

W. Osiński [176] вважає, що процес фізкультурної освіти розуміється як організована низка освітніх заходів, підходів, знань, умінь, навичок, рухової активності, характеристик будови тіла, які детермінують поведінку та фізичний стан людини. Додаткові позашкільні оздоровчі заходи, залучення батьків, сімейних лікарів і навіть представників релігійних організацій – це неповний перелік необхідних умов для ефективного впровадження здоров'язбережних програм.

Для більш глибокого розповсюдження технологій збереження здоров'я у Польщі було засновано мережу шкіл сприяння здоров'ю, що забезпечують для школяра середовище, яке спонукає до самовдосконалення, підвищення соціального потенціалу, фізичного та духовного здоров'я. Особливо цінною вважається взаємодія людини з навколишнім середовищем. До компетенції вчителів входить створення середовища, в якому люди живуть, працюють, користуються життєвими благами, що дозволяє створити специфічну структуру і соціальну систему як ключовий чинник розповсюдження цінностей здорового способу життя [187].

Прикладами конкретних проектів для польських шкіл є розробки A. Krawański [173], B. Woynarowska та M. Sokołowska [187]. У Польщі та інших країнах авторами розроблено також низку підручників для покращання розповсюдження цінностей здорового способу життя. Майбутнє таких проектів фахівці вбачають як підхід «від людей до проблем», що містить ідентифікацію індивідуальних проблем та визначення шляхів їх вирішення. Урахування таких організаційних та освітніх схем є необхідною, але не єдиною умовою, що здатна спричинити докорінні зміни у світогляді людей.

Педагогічний ефект таких інновацій викликаний низкою факторів: мотиваційних, соціальних, когнітивних, соціально-економічних, а також фізичних можливостей. Здоров'язберігаюче середовище, розробники якого прагнули до сприяння розвитку молоді людини, робить можливим для потенційних педагогів у сфері здоров'я диверсифікувати засоби та методи, а також можливості використаних інституцій [165].

Розвинені країни Азії (Японія, Республіка Корея, Китай) за усієї специфічності фізкультурної освіти досить яскраво відображають загальні підходи до управління, змісту, форм та методів фізичного виховання і фізичної активності школярів. Система освіти у Республіці Корея побудована за моделлю 6–3–3–4: початкова школа (1–6 класи), молодша середня школа (7–9 класи), старша середня (9–12 класи), професійний коледж та університет. Навчальні плани з дисципліни «Фізичне виховання» у цій країні (на сьогодні розроблено сім таких планів) увібрали весь спектр заходів щодо забезпечення формування фізичної культури особистості. Останній з них, що діє з 2000 р., містить зовнішню і внутрішню цінності розвитку людини: зміцнення здоров'я і соціалізація дітей, розвиток гармонії тіла, духу та інтелекту кожного учня, фактично документально закріпив систему безперервної фізкультурної освіти дітей та молоді. Цілі фізичного виховання у Кореї локалізуються на висловах «для фізичного» (формування потреби і навичок забезпечення рухової активності), «про фізичне» (отримання теоретичних знань), «через фізичне» (сприяння формуванню духовного потенціалу та позитивних мотивів у міжособистісних відносинах). До змісту фізкультурної освіти школярів у Китаї залежно від ступеня освіти входять: гігієна та здоров'я, загальнорозвиваючі вправи, ігри, ритміка, танці, легка атлетика, традиційні види спорту, силові вправи [89].

У Китайській Народній Республіці діє державна програма розвитку шкільної фізичної культури (базова частина – 70–80%, варіативна – 20–30 %), що окреслює основне завдання фізкультурної освіти – найбільш повно розкрити можливості дітей шляхом тренування тіла і духу на заняттях та під час дозвілля через прищеплення інтересу і задоволення від занять фізичними вправами. До базових видів фізичних вправ віднесено легкоатлетичні вправи, акробатику, класичну гімнастику, ушу та баскетбол. За вибором школярів згідно з матеріально-технічним забезпеченням та клімато-географічними умовами вони можуть займатися плаванням, альпінізмом, кросовим бігом або ритмічною гімнастикою. Теоретичний розділ фізкультурної освіти передбачає кілька напрямів: пізнання фізичної культури й спорту через інтелект; вивчення шляхів удосконалення тіла людини через закони фізіології; вивчення основ спортивного тренування; засвоєння соціальних законів, що сприяють духовному і фізичному вдосконаленню школяра [109].

У Китаї введено єдиний підручник з фізичної культури для школярів. Як правило, проводяться два уроки на тиждень (в окремих провінціях – три). Щоденно практикується ранкова двадцятихвилинна гімнастика на базі

школи, а на великій перерві школярі тридцять хвилин займаються традиційними для цієї країни фізичними вправами – гімнастика ушу, стрибки зі скакалкою, а також грають у волейбол, баскетбол, футбол, настільний теніс. У позанавчальний час школярі відвідують спортивні школи, беруть участь у масових змаганнях, особливо з олімпійських видів спорту (традиційно восени і навесні), що продиктовано проведенням у Пекіні Ігор Олімпіади – 2008, улітку відвідують оздоровчі табори. Саме спортизація фізкультурної освіти та індивідуально-тренувальна спрямованість є провідними тенденціями у школах Китаю [137-139].

Для японської системи фізкультурної освіти характерне чітке розмежування дітей за станом здоров'я, наприклад відсутність спецмедгруп. Діти з послабленим здоров'ям навчаються в окремих школах і мають полегшені нормативи. Для початкових шкіл характерним є такий зміст програми: початкова фізична підготовка, ігри, танці, плавання та елементи здоров'язберігаючих технологій. 40% шкіл мають програми додаткових позашкільних занять, включаючи заняття у спортивних клубах (понад 5 годин на тиждень). Реформування шкільної фізкультурної освіти в Англії, що відбулося у 1988 р., є одним із найуспішніших у Європі. Планування навчального процесу з фізкультурної освіти в англійських школах передбачає складання довго-, середньо- і короткотермінових планів, що відповідає етапному та оперативному плануванню процесу з фізичного виховання у школах України [142; 143; 156].

Згідно з програмою в Англії вчителям запропоновано 27 модулів різної складності для створення власних схем роботи, але переважна більшість дотримуються 12-модульної схеми. Наприклад, для школярів середнього рівня підготовленості застосовується ігрова діяльність (ігри на майданчику, ігри з мішенню), танці, гімнастика, плавання і безпека на воді, легка атлетика, активне дозвілля на природі. Матеріал кожного модуля може подаватися як загальний тематичний план або розподілятися за окремими уроками за бажанням учителів, що можуть навіть збільшувати тривалість вивчення модуля з одного до двох семестрів. Базовими методичними підходами до модульної реалізації навчального процесу є врахування групових методів організації учнів, індивідуальний, творчий підходи, розвиток самостійності, відповідальності в учнів за результати своєї діяльності та лідерських здібностей [142; 156].

В англійських школах та школах Великобританії у цілому стала поширеною концепція спортивно орієнтованої фізкультурної освіти, а також

ідеї відомого англійського вченого Дж. Локка, філософсько-педагогічні міркування якого заклали підґрунтя для розробки програми виховання джентельмена, що визначає основоположні засади і сучасної освіти Великої Британії. У своєму трактаті «Думки про виховання» (1693) серед завдань він насамперед указував на розвиток здорового духу у здоровому тілі, військово-прикладну спрямованість [40], а серед засобів виділяв: загартування, міцний сон, здорове харчування, заборону носити занадто вузький одяг [57].

Більшість постулатів ученого з виховання джентельмена втілені у практику, особливо у шкільному та сімейному вихованні у Британії. Так, на фізичну культуру виділено приблизно 15% навчального часу на загальноосвітньому рівні, а його програма передбачає формування чітко визначених валеологічних умінь і фізичних якостей на різних стадіях фізичного розвитку людини: 1–7 років, 2–7–11 років, 3–11–14 років, 4–14–16 років [57].

Ознакою американської системи шкільної фізкультурної освіти є яскрава освітня спрямованість, орієнтація на досягнення найвищого рухового результату, формування позитивного ставлення до занять фізичною культурою і спортом, задоволення рухових потреб, створення умов для визначення власних можливостей. В американських школах використовуються змагальні та оздоровчі види рухової активності, активне дозвілля [23].

У США не існує єдиної шкільної програми з фізкультурної освіти, що пояснюється великою різницею кліматичних, етнічних та матеріально-технічних умов у різних штатах. Провідними видами вправ є вправи з єдиноборств, рухливих і спортивних ігор (футболу, софтболу, бейсболу, баскетболу, тенісу, хокею, гольфа). Серед недоліків американської системи фахівці називають перенасиченість програмним матеріалом, що негативно позначається на якості засвоєння вправ. Специфічними вимогами до постановки фізкультурної освіти у США є: розгляд системи оцінювання рухової підготовленості з точки зору державних інтересів; необхідність розгляду уроку фізичної культури як рівноцінного з іншими шкільними предметами; потреба у щоденних уроках тривалістю не менше ніж 30 хвилин; обмеження кількості учнів на уроці 35-ма особами [109].

Провідне місце у програмах з фізкультурної освіти посідає шкільний спорт та додаткові (позакласні і позашкільні) заняття, що спрямовані на підвищення рівня фізичної підготовленості, оволодіння життєво важливими вміннями і навичками. Шкільний спорт у США поданий понад 27 видами спорту, у жодній країні не проводиться така кількість шкільних змагань (на рік близько 500 тис. з баскетболу, понад 250 тис. з легкої атлетики) [1].

Автори [22; 161] схильні до перегляду завдань під час організації різноманітних форм фізкультурної освіти особистості школярів і пропонують природничо-культурні, соціокультурні і рефлексивні завдання, вирішення комплексу яких у поєднанні здатне забезпечити формування фізичної культури особистості дитини та її фізкультурну освіту. Незважаючи на те, що урок залишається на сьогодні головною формою занять з фізичного виховання у школі, сформувалася чітка тенденція до розширення кола форм проведення занять, наприклад винесення їх за межі навчального розкладу як секційних занять оздоровчого, спортивного і загальнопідготовчого спрямування або урізноманітнення видів уроків для вирішення завдань фізкультурної освіти. До факторів, що призводять до кризи шкільної фізичної культури, відносять замкнутість та вузькоспеціалізованість рухових дій, орієнтацію на спортивно-тренувальні методи у проведенні занять, недостатнє врахування зовнішніх і внутрішніх зв'язків між психікою і тілом індивіда.

У програми фізичного виховання шкіл широко вводяться ідеї і принципи спортивного тренування, що прийнято називати спортизацією фізичного виховання, збільшується кількість змагань для школярів [10; 76–78]. На перший план виходить збереження здоров'я і профілактика захворюваності. Для цього у багатьох країнах до програм з фізкультурної освіти включаються спеціальні теоретичні заняття і курси, що стосуються здоров'я і рухової активності, у тому числі з використанням міжпредметних зв'язків. Серед них – особисте здоров'я, профілактика і запобігання захворюванням, основи раціонального харчування, основи знань у сфері гігієни і самоконтролю та ін. [7].

Таким чином, на нашу думку, для вдосконалення неспеціальної фізкультурної освіти школярів слід виконати кілька вимог:

1. Створити адекватну соціально-економічним умовам структуру державного і громадського управління.
2. Сформувати нормативно-правову базу, що забезпечує гідний розвиток неспеціальної фізкультурної освіти школярів.
3. Створити умови для занять фізичними вправами і спортом в існуючих спортивних клубах, дитячо-юнацьких спортивних школах, центрах дозвілля, санаторно-курортних і туристичних структурах, ураховуючи їх потреби під час створення нових фізкультурно-спортивних послуг для школярів.
4. Модернізувати наукове та програмно-методичне забезпечення фізкультурної освіти у вказаних клубах, школах і центрах, а також освітніх установах та інших організаціях за місцем проживання.
5. Провести пошук, експериментальну апробацію та впровадження нових форм організації неспеціальної фізкультурної освіти школярів.

6. Організувати інформаційно-освітню та пропагандистську роботу з широкого розвитку неспеціальної фізкультурної освіти школярів.

7. Розробити систему поетапної підготовки, підвищення кваліфікації та перепідготовки фахівців сфери фізичної культури і спорту.

8. Розвивати матеріально-технічну базу для неспеціальної фізкультурної освіти школярів.

## **Розвиток неспеціальної фізкультурної освіти студентів за кордоном**

Неспеціальна фізкультурна освіта студентів у вищих навчальних закладах є кінцевим етапом освіти у сфері фізичної культури. Право на існування неспеціальної фізкультурної освіти як виду загальної освіти доводить той факт, що така дисципліна, як «Фізичне виховання» є унікальною, обов'язковою для вивчення у всіх навчальних закладах, як наслідок, надає значний вплив на становлення особистості. Фізкультурні знання, вміння і навички, досвід творчої діяльності і світоглядні установки, отримані за весь період навчання, є передумовою для подальшої організації процесів фізкультурної самоосвіти та самовдосконалення. Їх відсутність або низька якість перешкоджають організації та веденню здорового способу життя молодих людей, а також членів їх майбутніх сімей [6].

На сучасному етапі розвитку суспільства неспеціальна фізкультурна освіта є основною формою існування фізичної культури у вищих навчальних закладах нефізкультурного профілю, найчастіше цей процес прийнято пов'язувати із заняттями з фізичного виховання [58; 75]. Однак освітня практика недостатньо сприяє формуванню ціннісного ставлення студентів до фізичної культури, прояву ними творчості, ініціативи, навичок самостійних занять фізичною культурою. Прищеплення цінностей фізичної культури через процес освіти повинно сприяти реалізації важливих функцій освіти у галузі фізичної культури – формуванню світогляду, вихованню загальнолюдських, особистісних якостей, духовному та етичному вихованню.

Сьогодні фізичну культуру студентства необхідно розглядати не тільки як суспільне явище, сферу людської діяльності, засіб тренінгу людини, а і як засіб формування світогляду, системи цінностей і мотиваційної сфери. При цьому важливу роль відіграють знання і методичні вміння, а освітній компонент виконує провідну роль у сучасних концепціях фізкультурної освіти студентської молоді, метою якої є формування фізичної культури особистості [115; 149; 155].



Аналіз науково-методичної літератури [159] засвідчує, що «Фізичне виховання» як навчальний предмет серед студентів вищих навчальних закладів нашої країни не є популярним, особливо це стосується студентів спецмедгруп і тих, хто додатково не займаються спортом, серед яких 20% навіть проявляють негативне ставлення до предмета. Цей факт є однією з причин, що зумовлюють необхідність удосконалення фізкультурної освіти студентства, одним із шляхів у цьому напрямку може бути засвоєння передового досвіду зарубіжних країн.

У високорозвинених країнах Заходу і Сходу фахівці почали діяльність паралельно модернізації та підвищення ефективності процесу формування фізичної культури особистості студентства всередині ХХ сторіччя паралельно модернізації вищої освіти в цілому як життєво необхідної тенденції для будь-якого прогресивного суспільства [71].

У країнах Європи сьогодні стає поширеною професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх фахівців. Для цього у багатьох країнах до програм з фізкультурної освіти у ВНЗ включаються спеціальні курси, що спрямовані на адаптацію майбутнього фахівця до фізичних навантажень в обраній професії, моделювання виробничих, службових ситуацій та відпрацювання шляхів виходу з них за рахунок фізичних можливостей і резервів. Підвищення конкурентоспроможності сучасного фахівця значною мірою залежить від його стану здоров'я, особливостей рухової і соматичної сфери [71; 110].

Тривалий час серед науковців невирішеним залишалося таке питання, як: «Чому саме треба віддавати перевагу під час визначення цілей і проектування, забезпечення організації та здійснення процесу фізкультурної освіти студентства?». Наприклад, фахівці із США вважають, що знання лише предметного, фахового змісту освіти, на чому у нас зазвичай свідомо наголошують, не є кінцевою метою освіти. За їх переконанням, студент повинен використовувати свою освіту для подальшого створення ним самим нових знань, розв'язання проблем, прийняття рішень, виробництва продукції та взаємодії [135].

Вищезгаданий принцип лежить в основі змісту занять з фізкультурної освіти студентів США. Як відомо, широко розповсюдженими у країні стали також заняття командними видами спорту, особливо спортивними іграми, що, як традиційно вважається, крім розвитку рухових якостей, сприяють вихованню комунікабельності, лідерських якостей, соціальній адаптації студента, що, безумовно, знаходить застосування у подальшому житті [166].

Широку популярність поза межами університетів і навіть високі медіарейтинги здобули студентські змагання з баскетболу, хокею з шайбою, бейсболу, софтболу, спортивної боротьби. Цей факт є наслідком чіткої, продуманої політики популяризації масового спорту, активного дозвілля та здорового способу життя серед студентської молоді й ілюструє результати пролонгованого впливу фізкультурної освіти на всі верстви населення [69; 71].

В аспекті нової парадигми – парадигми організації фізкультурної освіти молоді у країнах Європи на перший план виходить особлива підготовка («health related fitness»), що полягає у забезпеченні оптимального рівня здоров'я і життєдіяльності протягом усього життя [110].

Заміна парадигми спонукає до перегляду цілей і розширення критеріїв оцінювання фізичної культури в освітніх закладах, адже навіть інтенсивні тренування у молодості не забезпечують оптимальної працездатності протягом усього життя, а ефект фізичного виховання значною мірою залежить від сприйняття цінностей фізичної культури, їх реального використання для впливу на особистість. Для адекватної оцінки рівня фізкультурної освіченості, подолання негативних сторін традиційної системи оцінок з фізичної культури російські фахівці застосовують аутентичне оцінювання – оцінювання реальних досягнень, наприклад портфоліо – індивідуальна накопичувальна оцінка навчальних досягнень. За такого варіанта студент здатен сам обирати шляхи і способи отримання оцінки, наприклад зосередитися на тому виді рухової активності, яким він краще володіє, зробивши максимальний внесок у свою оцінку, розвивати самооцінку і самостійно експертувати власну фізкультурну діяльність. Разом з тим портфоліо дозволяє оцінити ступінь зусиль студента у галузі фізичної культури [34].

Наприкінці 80-х – на початку 90-х років ХХ ст. було наголошено на не зовсім адекватному сприйнятті студентами фізичної культури як виду культури, що має ціннісний, духовний потенціал. У зв'язку з цим були проведені дослідження [22; 124], що зосереджували увагу на уточненні спрямування фізичного виховання, а також його цільових установок у бік засвоєння гуманістичного потенціалу фізичної культури з урахуванням ситуації, що склалася у суспільстві. Було сформульовано в оновленій редакції кінцевий результат фізичного виховання студентів – формування фізичної культури особистості.

Ще однією значущою тенденцією у неспеціальній фізкультурній освіті студентів є врахування їх думки під час вибору змісту навчальних і позанавчальних форм занять, що дістало назву елективного фізичного

виховання (від англ. election – «вибір»). Проектування елективних курсів і впровадження їх у предметну область фізичної культури вузу повинно базуватися на таких теоретичних передумовах:

1. Необхідність урахування у предметній області фізичної культури особистісно значущих установок, які сприяють формуванню фізичної культури особистості суб'єктів педагогічного процесу.

2. Суттєве зниження негативних тенденцій, що заважають застосовувати отримані знання, вміння і навички після закінчення університету.

3. Формування нагальної потреби, що викликає стійкий інтерес до занять фізичною культурою через підвищення рівня їх значущості й емоційної привабливості [58; 62].

Елективне фізичне виховання вимагає високої самосвідомості і бажання займатися самодіяльними формами його реалізації, що у свою чергу залежить від: сформованості переконаності у необхідності фізкультурного самовдосконалення; прагнення до успіху; навчання методів самовдосконалення; оптимальної тактики цілепокладання.

Залучення студентів до самодіяльних форм фізкультурної освіти рекомендується проводити через:

1. Активізацію уваги студента до тих чи інших форм самостійної роботи.
2. Здобуття студентами внаслідок виконання вправ знань і досвіду в організації самостійної роботи.
3. Засвоєння спеціальних знань і термінів.
4. Практичне застосування студентами (з допомогою викладача) знань, умінь і навичок у реальних ситуаціях самостійної роботи.
5. Самостійні дії студентів відповідно до встановленої мети і завдань на тлі ослаблення контролю з боку викладача [154].

Сучасні реалії вимагають розширення можливостей для студентів з метою самовдосконалення за рахунок самостійної роботи зі зміцнення здоров'я, розширення діапазону вмінь і навичок. Щодо цього деякі фахівці у російських ВНЗ пропонують наголошувати у фізкультурній освіті на формуванні фізичного самоіміджу як основи репрезентації тілесного та професійного потенціалу випусника, що базується на самооцінці та представлений у реальному, дзеркальному й ідеальному варіантах. Ефективність такого підходу була доведена серією педагогічних експериментів зі студентами [150].

Дістали висвітлення й питання щодо формування змісту фізкультурної освіти не тільки студентів основної медичної групи, а й спецмедгрупи, оскільки останнім часом кількість і наповнюваність таких груп збільшується майже у

всіх країнах пострадянського простору [129]. З цього приводу автори відзначають низку особливостей. По-перше, для студентів спецмедгрупи розширюється мета фізкультурної освіти – провідного значення набуває оволодіння системою теоретичних знань і практичних навичок у сфері фізичної культури для застосування її засобів з оздоровчою спрямованістю, що дозволить використовувати їх у професійній роботі зі студентами. По-друге, фізкультурна компетентність студентів спеціальної медичної групи формується у процесі методико-практичних занять з фізичної культури. По-третє, процес фізкультурної освіти студентів автори поділяють на два етапи: перший (1–2-й курси) – оздоровчо-корегуючий, другий (3–4-й курси) – професійно-прикладний. Для вирішення завдань фізкультурної освіти таких студентів основною формою запропонована ділова гра як засіб моделювання і предметного, і соціального контекстів майбутньої професійної діяльності [53].

Здоров'язбереження та оптимізація рухової активності є одним із провідних мотивів фізкультурної діяльності студентів. Здоровий спосіб життя розглядається як повсякденна життєдіяльність особистості, що ґрунтується на культурних нормах, цінностях, формах та способах діяльності, які зміцнюють здоров'я, сприяють гармонійному фізичному, психічному, духовному й соціальному розвитку [149]. Провідну роль у збереженні здоров'я відіграє студент як особистість, його можливості самореалізації у соціумі, а це стає можливим тільки за умови створення у навчальному закладі атмосфери здоров'язбереження, системи навчально-виховної роботи, спрямованої на формування способу життєдіяльності, що відповідає безпечному рівню здоров'я [76]. Такий варіант розвитку подій буде можливим лише через забезпечення наявності умов для збереження та зміцнення здоров'я, з одного боку, цілеспрямованого формування у навчальному закладі культури здоров'я всіх учасників освітнього процесу, прищеплення мотиваційно-ціннісних установок, спеціальних знань і навичок – з другого.

Деякі автори наголошують на необхідності безперервного і пролонгованого навчання технологій здоров'язбереження з моменту вступу до навчального закладу, протягом навчання та після його завершення з метою створення фізкультурно-освітнього середовища, яке ґрунтується на цінностях здорового способу життя і відповідних знаннях [50; 97; 126].

Одним із найбільш прогресивних явищ, що здатні вдосконалити зміст неспеціальної фізкультурної освіти студентів, особливо її аксіологічну складову, є включення елементів олімпійської освіти [139]. Питання про олімпійську освіту у вищій школі вперше було порушено на 18-й сесії Міжнародної олімпійської академії (МОА). У доповіді Д. Пауела (Канада)

«Університетська освіта і олімпізм» було відзначено, що у жодному вищому навчальному закладі у світі не було введено предмет «Олімпізм» або «Олімпійська думка» [125].

Отже з урахуванням викладеного вище, виділимо такі підходи до вдосконалення процесу неспеціальної фізкультурної освіти студентів вищих навчальних закладів за кордоном:

1. Гуманізація через уведення особистісно-орієнтованого та диференційованого підходів, використання досвіду олімпійської педагогіки.
2. «Спортизація» фізичного виховання.
3. Підвищення ролі та якості теоретичної підготовки студентів, рівня їх знань з фізичної культури.
4. Реалізація інноваційних педагогічних технологій, удосконалення методик контролю.
5. Професійно-прикладна спрямованість занять.
6. Посилення ролі позанавчальних і самостійних форм проведення занять.

### **Гуманізація неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді через застосування засобів та форм олімпійської освіти**

У спеціальній літературі [32; 45] обґрунтовано важливість гуманізації системи фізичного виховання, що повинна посилити увагу до кожної особистості як до вищої соціальної цінності, що визначає єдність людини й природи, гармонію соціальну й біологічну, цілісність фізичного й психічного, індивідуальність особистості, формування її якостей і властивостей, орієнтацію на здоровий спосіб життя, естетичні ідеали й етичні норми життя. Гуманізація повинна передбачати демократизацію вихователів і вихованців у досягненні єдиних для них цілей, орієнтацію на творчу діяльність викладача й оцінку її ефективності за кінцевим результатом. Гуманізм педагогіки виявляється у тому, що принципова, тверда вимогливість звернена однаково до всіх учнів, вимогливість, якою б виправданою й справедливою вона не була, не дасть користі, якщо вона нереалістична, нездійсненна, якщо вона не розрахована на досягнутий і заданий рівень розвитку особистості учня. За своїми цільовими функціями гуманізація освіти є умовою гармонійного і всебічного розвитку особистості, збагачення її творчого потенціалу, процесом, що спрямований на розвиток молодої людини як суб'єкта творчої діяльності [36].

Гуманістична модель освіти дозволяє будувати освітній процес на основі єдиного ціннісного базису. Педагогу важливо знати не тільки сьогоденний рівень реальних навчальних можливостей школяра, але й зону його найближчого розвитку. Успішним вважається тільки те навчання, яке випереджає розвиток, будить і надає рушійної сили цілій низці внутрішніх процесів [36; 42].

У сучасному викладанні фізичної культури пріоритет надається розвитку тілесної (фізичної) сфери дитини, але часто не реалізуються елементи, що сприяють гармонійному розвитку особистості. Це призводить до порушення єдності трьох структурних елементів фізичної культури (духовного, фізичного, матеріального). Гуманізація освіти у сфері фізичної культури – це повернення школи до особистості учня, повага й довіра до нього, прийняття його особистісних фізкультурних цілей, запитів та інтересів, створення максимально сприятливих умов для цілісного і гармонійного розвитку у єдності інтелектуального, духовного і фізичного компонентів, збереження й підвищення рівня здоров'я, задоволення його потреб у руховій активності і творчій реалізації психофізичних можливостей та інтересів через різноманітні форми фізкультурно-спортивної діяльності. Гуманізація неспеціальної фізкультурної освіти реалізується через аксіологічний, антропологічний, особистісно-діяльнісний, культурологічний, технологічний і креативний підходи. Їх поєднання дозволяє розглядати освіту у сфері фізичної культури з різних теоретичних позицій і створити таку освітню систему, що буде максимально сприяти гармонійному й усебічному розвитку особистості [158].

Для гуманізації навчально-виховного процесу у фізкультурній освіті необхідно відмовитися від так званої насильницької парадигми. Автори [8; 120] пропонують певну програму навчання рухових дій з позицій гуманізації замість колишньої «насильницької парадигми», хоча ця програма поки що викладена лише у загальних ознаках. У цій ситуації в умовах гуманізації освіти необхідні якісно нові підходи до осмислення сутності фізичної культури [13; 123].

У контексті гуманізації фізкультурної освіти існує висловлювання: «відома тріада – “духовне багатство”, “моральна чистота” й “фізична досконалість” як атрибути гармонійно розвиненої, суспільно активної особистості перебувають між собою в нерозривному взаємозв'язку, що проявляється у впливі фізичної культури на духовну культуру» [35].

Заняття спортом, активна творча участь у різноманітних формах спортивної діяльності створюють широкі можливості для залучення людини

до світу прекрасного, для розвитку естетичних здібностей у всьому їх різноманітті – від здатності відчувати красу до здатності творити й діяти за законами краси й високої моралі [30].

Зміна моральних ідеалів, поява вільної ринкової економіки змінили вектор соціальної адаптації молоді, примусили педагогів почати пошук виходу з глибокої кризи освіти. Деякі з них обрали найлегший шлях, створюючи ліцеї, гімназії та коледжі класичного зразка, інші педагоги почали пошук власних педагогічних нововведень, пропонуючи авторські програми. Проте нова система освіти України повинна бути створена відповідно до особливостей розвитку країни на найближчі десятиліття [60].

В умовах, які склалися, досить перспективним убачається формування освітньо-виховної системи на принципах суспільної моралі з акцентом на розкриття людського потенціалу, формування гармонії фізичного, духовного і психічного розвитку особистості. Можна припустити, що одним із варіантів вирішення цієї складної проблеми може бути побудова освітньо-виховної системи на основі ідеології олімпізму, яка разом з ученням про здоров'я може стати стрижнем цієї системи [63].

Систему освіти, яка базується на використанні цінностей олімпізму за кордоном було названо «Olympic education». Цей термін зазвичай перекладають по-різному: «олімпійська освіта» або «олімпійське виховання». Іноді використовують й інші терміни, наприклад: «виховання у душі олімпізму», «виховання у душі олімпійських ідеалів і цінностей», «виховання з використанням олімпійського руху» та ін. Однак зміст та конкретні завдання цього процесу найповніше відтворює саме термін «олімпійська освіта». Кінцевою метою і результатом реалізації олімпійської освіти виступає особистість, яка мислить і діє відповідно до принципів Олімпійської хартії, а також гуманістичні норми взаємовідносин між людьми, які культивуються і розповсюджуються олімпізмом [17; 103].

Олімпізм та олімпійська філософія виявилися життєздатними для розвитку системи освіти. Цінності античної культури були присутні на різних етапах розвитку людства як незалежна ідеологічна основа виховання особистості, але змінювалися відповідно до соціальних вимог. Олімпійські ідеали давніх греків позначилися в Кодексі честі олімпійців Піндара [174], реалізувалися в олімпійських змаганнях, стали предметом скрупульозного вивчення видатними людьми, серед яких особливе місце посідає барон П'єр де Кубертен. Його діяльність була цілком присвячена відродженню олімпізму на сучасній основі і розробці олімпійської освіти.

Великий фундатор сучасного міжнародного олімпійського руху, характеризуючи олімпізм, фактично виділив у його структурі основні елементи олімпійської освіти: культ змагання, любов до батьківщини, дух лицарства, контакти з живописом і літературою [130; 164].

У подальшому завдяки ідеям П'єра де Кубертена була створена Міжнародна олімпійська академія як мультикультурне явище для пропаганди ідей олімпізму. Олімпійські ігри та спорт у цілому П'єр де Кубертен розглядав як засіб вирішення педагогічних завдань, практичної реалізації реформи освіти, метою якої було вдосконалення людини, людських відносин. Він уважав, що регулярне проведення Олімпійських ігор дозволить вирішити проблему не тільки розвитку спорту, а й підвищення його виховної ролі [146]. П'єр де Кубертен, почерпнувши натхнення від Стародавніх Олімпійських ігор і принципів грецької системи виховання, був переконаний, що філософія, яка створила грецьку культуру, може слугувати розвитку сучасного людства [67].

Проблема поширення серед учнівської молоді й інших верств населення певного обсягу знань про олімпізм й Олімпійські ігри стала однією з найбільш гострих проблем сьогодення. Свідченням тому є багато видатних міжнародних заходів: ювілейний XI Олімпійський конгрес у Парижі у 1994 р., Міжнародний форум «Молодь – Наука – Олімпізм» у межах Всесвітніх юнацьких ігор 1998 р. у Москві, надзвичайна 110-та сесія МОК, що проходила 11–12 грудня 1999 р. у Лозані, де були ухвалені кардинальні рішення щодо реформування олімпійського руху [17].

В. Сергєєв наголошує на тому, що під час розгляду олімпійської освіти студентів доцільно виокремлювати два напрями: один із них використовує олімпійську освіту для пропаганди і передачі абстрактно-теоретичних знань про олімпійський рух, а інший пропонує коло засобів та методів, які спрямовані на формування умінь і навичок, що спираються на симбіоз різноманітних галузей освіти студентів. Автор вважає, що метою олімпійської освіти студентів є здатність до реалізації основних принципів та ідей олімпізму, які виходять з його історичної сутності і визначені Олімпійською хартією, а також рішенням останнього Конгресу МОК. Гуманізм олімпізму визначається насамперед його соціокультурною орієнтацією на подолання групової й корпоративної моралі сучасного спорту, а також технократичного стилю мислення, коли спортивний результат, а не людина є самоцінністю [119].

Олімпійська освіта, метою якої є залучення дітей і молоді до ідеалів і цінностей олімпізму, посідає дедалі важливіше місце в системі освіти різних країн. Це відображено у резолюції третьої сесії Міжурядового комітету з фізичного виховання і спорту при ЮНЕСКО від 1983 р., згідно з якою всі



країни-учасники повинні «ввести і підсилити викладання олімпійських ідеалів у школах і навчальних закладах відповідно до їх власної системи освіти» [117].

У процесі фізкультурної освіти застосовується багато різноманітних форм і методів олімпійської освіти дітей та молоді. Центральне місце посідає робота з роз'яснення ідей олімпізму, олімпійського руху під час навчального процесу у школах, ВНЗ та інших навчальних закладах, насамперед у межах тих навчальних дисциплін, які безпосередньо пов'язані з галуззю фізичної культури і спорту (на уроках фізичної культури, заняттях з фізичного виховання). Стають поширеними і заняття, які спеціально організовуються з цією метою, – «Олімпійські уроки». Сьогодні підготовлено різні методичні матеріали, включаючи кіно- і відеофільми з метою роз'яснення і пропаганди ідей олімпізму [17].

Упровадження форм та засобів олімпійської освіти у процесі фізкультурної освіти учнівської молоді передбачається у двох напрямках: у межах навчального процесу та у позаурочний час. У першому напрямі освіта і виховання можуть здійснюватися на пізнавальному (теоретичному) і фізкультурно-оздоровчому рівнях. У більшість навчальних дисциплін (історія, математика, правознавство, географія, валеологія, біологія) доцільно включати розділи, присвячені олімпійській тематиці. Педагоги можуть доповнювати матеріал конкретними фактами, датами, подіями з історії розвитку античних і сучасних Олімпійських ігор, розповідями про олімпійських чемпіонів, діячів науки, мистецтва, філософів, які зробили вагомий внесок у розвиток олімпійського руху; розповідями про системи фізичного виховання Стародавньої Греції (Спарта, Афіни), про олімпійські види спорту в динаміці їх розвитку; про пам'ятники архітектури, твори мистецтва, що стосуються історії розвитку Олімпійських ігор; про роль сучасного олімпійського руху в боротьбі за мир; про закони і правила сучасного олімпійського руху [86].

Завдання фізкультурно-оздоровчого рівня – сформувані у дітей принципи здорового способу життя, залучити їх до активних занять спортом з метою фізичного вдосконалення, зміцнення фізичного і психічного здоров'я, а проведення малих олімпійських ігор сприятиме не тільки фізичному вдосконаленню, але й ознайомленню дітей з олімпійським церемоніалом. Проте, що втілення олімпійської освіти повинно проводитися не тільки на уроках, безпосередньо пов'язаних із галуззю фізичної культури і спорту, але й у межах інших навчальних дисциплін, писали багато вчених і спеціалістів [152; 159].

Серед основних форм занять у позаурочний час можна виділити практичні заняття у хореографічних, музичних, театральних та інших

гуртках, секціях з різних видів спорту, а також різні заходи. Теоретичні знання, яскраві приклади з життя відомих спортсменів, для яких спорт став професією, способом самореалізації, дозволять сформувати інтерес до занять спортом у дитини [49].

Для кращого розуміння гуманістичного спрямування олімпійської освіти наведемо її філософські концептуальні основи, до яких відносяться: ідея миру, мирного співіснування народів, в якому олімпізм є системоутворювальним фактором олімпійської освіти; ідея вселюдської цінності олімпізму та олімпійської освіти, яка базується на інтернаціоналізмі, інтерсоціальному вихованні; ідея гуманістичного, всебічного розвитку особистості, базою реалізації якої є олімпійська освіта молоді як субкультура; ідея пріоритету етичних цінностей в олімпізмі та олімпійській освіті [152; 153].

На сьогодні олімпійську освіту студентів інтегровано в систему гуманітарної підготовки поряд з педагогікою, психологією, соціологією та спрямовано на піднесення культурного рівня як умови професійного самовизначення у подальшій трудовій діяльності. Гуманітарний напрям олімпійської освіти у навчальному закладі підвищує її культуротворчі функції та надає педагогічного характеру [38].

На сучасному етапі становлення концепції олімпійської освіти увага фахівців спрямована на зміст фізкультурноосвітніх технологій, які використовуються у цій сфері. Це зумовлено необхідністю подолання рефлексологічних і системотехнічних підходів до формування культурного потенціалу з урахуванням потреб принципів гуманізації, цілісності та системності. Саме тому висвітлення цінностей олімпізму у нефізкультурному навчальному закладі сприяє формуванню культурного потенціалу майбутнього спеціаліста (цілісності його фізичних, інтелектуальних і духовних здібностей), а також удосконаленню способів розвитку його онтогенетичних якостей [117].

Олімпійська освіта спрямована на формування і вдосконалення у молоді: системи знань; системи мотивації (інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій, установок тощо); системи вмінь і навичок [177]. Сучасна концепція олімпійської освіти базується на системі таких принципів, серед яких провідною ідеєю є ідея гуманізму:

- принцип гуманізації олімпійської освіти передбачає підвищення креативності взаємодії викладача і студента з метою виховання творчої особистості;

- принципи загальнодоступності та демократизму, що передбачають доступність і багатоаспектність складу та видів фізкультурно-спортивних освітніх послуг відповідно до інтересів та потреб студентської молоді;

- принцип вертикальної (субординаційної) та горизонтальної (координаційної) інтеграції рівнів олімпійської освіти, які забезпечують послідовність змісту, форм та методів навчання і виховання;

- принцип зв'язку олімпійської освіти з практикою фізкультурноосвітньої діяльності студентської молоді, яка передбачає відмову від абстрактного просвітництва та перехід до діяльній моделі навчально-виховного процесу;

- принципи варіативності, проблемності та міждисциплінарного змісту олімпійської освіти студентів, які забезпечують системність теоретичного знання та практичної фізкультурно-спортивної діяльності;

- принцип єдності загальної, професійної та олімпійської освіти, який забезпечує формування олімпійського світогляду студентської молоді [152].

Щодо цього в системі олімпійської освіти необхідна реалізація завдань розвитку у дітей та молоді:

- інтересу до спорту, Олімпійських ігор та олімпійського руху;

- прагнення бути учасником олімпійського руху, пропагувати ідеї олімпізму та сприяти його розвитку;

- потреби в систематичних заняттях спортом, прагнення до високих спортивних результатів та участі в олімпійських змаганнях на принципах «чесної гри»;

- орієнтації на всебічно і гармонійно розвиненого атлета-олімпійця, що обирається як ідеал та повною мірою відповідає девізу П'єра де Кубертена: «Піднесений дух у розвиненому тілі»;

- потреби в активних заняттях спортом, здоровому способі життя, гармонійному і всебічному розвитку, удосконаленні як фізичних, так і духовних якостей [119].

Популяризація олімпійських ідей, реалізація олімпійської освіти серед широких верств населення, особливо серед дітей, підлітків і молоді, можливі шляхом уведення у програми занять з фізичної культури методичних рекомендацій, спрямованих на взаємозв'язок навчального матеріалу з олімпійськими ідеалами; використання диференційованого підходу до поширення олімпійських знань; застосування спеціальних ситуаційних завдань під час підготовки педагогічних кадрів. Методологія втілення програм олімпійської освіти з метою гуманізації освітньої системи базується в основному на трьох аспектах:

1. Вивчення теоретичних основ, які є в навчальних посібниках з олімпійської освіти. У матеріалах цієї теми можна знайти відомості з історії олімпійського руху, олімпійські принципи і символи, Олімпійську хартію. Цей навчальний матеріал включає фільми, книги, публікації, відеокасети, ігри тощо.

2. Уведення в мистецтво. Сюди входять такі творчі заняття, як моделювання, малювання, ліплення скульптур, художня творчість, танці, пісні, музика. Створення у школах олімпійського музею-куточка допомагає становленню центру культурної творчості.

3. Організація і проведення рухової діяльності як основи олімпійської освіти. Вона включає всі види діяльності, які є змаганням або спортивною грою [31].

На жаль, у реальній практиці педагогічної роботи в межах олімпійського руху спостерігається надмірне захоплення просвітницьким підходом. Часто покладаються великі надії на те, що шляхом роз'яснювальної роботи, на основі лекцій, бесід під час «олімпійських уроків», «олімпійських годин» за допомогою лише лозунгів і закликів можна буде вирішити проблему залучення підростаючого покоління до ідеалів і цінностей олімпізму. При цьому не береться до уваги те, що поведінка людини залежить не тільки від знань, але й від багатьох інших факторів, насамперед від ефективності стимулювання ціннісних орієнтацій. Найголовніше полягає в тому, щоб створити реальні стимули, які б спонукали людину не тільки визнавати принципи чесної гри, гармонійний розвиток особистості та інші ідеали олімпізму, але й дійсно орієнтуватися на них у своїй поведінці, спрямовувати зусилля на їх утілення в життя [31].

Для справжнього залучення молоді до гуманістичних ідеалів олімпізму необхідно: пошук нових моделей організації змагань, які найбільше відповідали б цій меті, які не розвивають прагнення перемогти за будь-яку ціну, не призводять до насильства, грубості, агресивності, націоналізму; практичне застосування цих моделей у межах олімпійського руху [64].

Однією з найбільш ефективних форм поширення знань з олімпійської тематики серед учнів є проведення конкурсу малюнків з олімпійської тематики, олімпійського дня та малих олімпійських ігор з використанням олімпійської атрибутики. Пріоритетними формами розповсюдження знань також є проведення свят, вікторин, організація зустрічей з відомими спортсменами, учасниками Олімпійських ігор, тренерами, журналістами. Виготовлення учнями олімпійської символіки, а також оформлення стендів, фотовітрин і дошок пошани для учнів, які успішно поєднують навчання і

заняття спортом, могло б стати цікавою формою олімпійської освіти. Однак найбільш ефективними формами олімпійської освіти є ті, в яких суб'єкти пізнавальної діяльності безпосередньо беруть активну участь [17].

Аналіз історичного розвитку людської цивілізації переконливо засвідчує, що виховання гармонійно розвиненої особистості можна досягти за допомогою комплексного прояву фізичного та духовного у людині. Такий підхід відповідає сучасній концепції олімпізму та завданням олімпійської освіти [63; 64; 117].

Сьогодні олімпійська освіта як суспільне явище набуває глобального характеру: у деяких країнах вона введена до програм навчальних закладів і реалізується в різноманітних формах. Показовим є те, що перша така програма розроблена і прийнята ще у 1976 р. у Канаді. Тільки через вісім років аналогічна програма з'явилася у США, а у 1988 р. – у Німеччині. Потрібно відзначити, що впровадження програм олімпійської освіти у навчально-виховний процес школярів охоплює дедалі більшу кількість країн на всіх континентах [21].

Цікавим є досвід Росії, де для учнів восьмих класів до офіційної шкільної програми було введено урок та екзамен з олімпійського спорту, російський підручник «Олімпійський спорт», перевиданий уже шістнадцять разів з ініціативи губернаторів. Щодо цього позитивним є приклад російського каналу «Культура», де для широкої аудиторії запропоновано легенди Стародавньої Греції, пов'язані з олімпійським рухом та його розквітом [117].

У 1994 р. був прийнятий спільний наказ Міністерства освіти Російської Федерації й Олімпійського комітету Росії «Про організацію вивчення питань олімпійського руху й Олімпійських ігор». Питання олімпійської освіти учнів були включені до змісту затвердженого у 1998 р. обов'язкового мінімуму змісту загальної середньої освіти (освітня галузь «фізична культура») і типових навчальних програм з фізичної культури для початкової та середньої школи. Олімпійський комітет Росії у 1996 р. випустив навчальний посібник для закладів освіти Росії «Твій олімпійський підручник» [38].

Одним із варіантів гуманістичної особистісно орієнтованої освіти, що ґрунтується на цінностях та ідеалах олімпізму, є спартіанська модель, яка ефективно використовується на практиці. З 1991 р. у Росії регулярно проводяться Спартіанські ігри – шкільні, міські, регіональні, всеросійські. Щорічно їх включають до «Єдиного календарного плану Всеросійських масових фізкультурно-спортивних заходів». Учасниками ігор є школярі, студенти, діти дошкільного віку та дорослі, а також особи з обмеженими можливостями (інваліди). Один з експериментальних майданчиків з реалізації

проекту у 1994 р. створено на базі школи фізкультурно-естетичного напрямку № 39 м. Смоленська [103].

Програма спартіанської системи культурно-спортивної роботи з населенням дістала схвалення й підтримку з боку Державного комітету РФ з фізичної культури і туризму, Олімпійського комітету Росії, Російської Ради ФСТ «Юність Росії», Міністерства соціального захисту населення РФ, Міністерства освіти РФ, Координаційного комітету у справах інвалідів при Президенту Росії та інших державних і громадських організацій. Державний комітет у справах молоді у 1997 р. присудив цій програмі перше місце в конкурсі інноваційних програм роботи з молоддю й включив спартіанський рух до Федерального реєстру молодіжних і дитячих об'єднань, що користуються державною підтримкою [41].

Останнім часом фахівці з фізичного виховання ширше розглядають функції і завдання олімпійської освіти. Відзначається, що вона є органічним видом загальногуманітарної освіти, яка у свою чергу виступає важливим інтегративним компонентом, що надає професійним знанням і вмінням «людську значущість». Олімпійська освіта, виступаючи органічною частиною загальнолюдської культури, водночас є самостійною галуззю діяльності, суттєвою особливістю якої є спрямованість на розвиток усебічної, творчої особистості, здатної досягти гармонії духовного й фізичного, що розвивається у єдності з культурою і соціумом [31; 41].

О. Борисова та С. Матвеев [14] виокремлюють два основних напрями практичної реалізації олімпійської освіти: загальноосвітній і спеціальноосвітній. Перший містить поширення інформації про олімпійський спорт та фізичне виховання дітей та молоді у дусі миру та співпраці, другий забезпечує підготовку спеціалістів для сфери фізичної культури і спорту у вищих навчальних закладах. Такий поділ дає змогу диференціювати форми і засоби олімпійської освіти залежно від віку контингенту і цільових установок освітнього процесу.

Незважаючи на активну діяльність із поширення олімпійських ідеалів серед дітей та молоді, існує ціла низка проблем, що з пов'язані знею. Численні дослідження, проведені в різних країнах світу [26; 148; 167; 168], констатують: низький рівень знань про гуманістичні цінності олімпізму серед молоді, у тому числі серед спортсменів; низьку мотиваційну значущість олімпійських перемог співвітчизників для власних занять спортом, а загальноосвітня школа і вищі навчальні заклади не є джерелом знань про цінності фізичної культури та олімпізму. Перспективи вдосконалення системи олімпійської освіти у

навчальних закладах, на думку згаданих вище дослідників, такі: потрібно домогтися, щоб викладання олімпійських знань у школах стало загальним; систематично збагачувати зміст освіти на основі нових даних олімпійської науки і спортивної практики, підвищувати кваліфікацію вчителів та педагогів-організаторів; наполегливо продовжувати роботу з наповнення шкіл навчальними посібниками і навчально-методичними виданнями.

## **Теоретичні аспекти концептуалізації неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді**

Останнім часом у науковій літературі досить часто наголошується на кризі, що панує у фізичному вихованні школярів та студентів нашої країни, і необхідності його реформування. Ознаками цього називають недавні летальні випадки на уроках фізичної культури у школі, тотальне зниження інтересу дітей та молоді до занять фізичними вправами, погіршення стану здоров'я учнів та студентів, домінування серед них малорухомого способу життя і зниження рухової активності, недотримання основ здорового способу життя, розповсюдження шкідливих звичок тощо. Багато у чому це є наслідком застарілих підходів до поширення цінностей фізичної культури серед молоді, відмови від аксіологічного й оздоровчого її елементів, шаблонності, нормативізації процесу фізичного виховання, орієнтації переважно на розвиток фізичних якостей та недостатності теоретичних уявлень про шляхи його вдосконалення у процесі формування фізичної культури особистості [37].

Історичний досвід розвитку теорії та методики фізичної культури, у тому числі досвід науковців колишнього СРСР, є тим «базисом», на якому будується «надбудова» у вигляді теорії і методики фізкультурної освіти школярів та студентів. Основним культурно-історичним змістом фізкультурної освіти є культурно-рухова (фізкультурна) діяльність, що опосередковує відносини різного рівня «організм – особистість», «природа – культура», «розвиток – удосконалення», «людина – суспільство» [11; 28].

На думку В. К. Бальсевича [10], серед суспільних цінностей слід виділяти: загальний рівень знань про методи та засоби розвитку і вдосконалення фізичного потенціалу людини, організації фізичної активності, громадську думку, рівень престижу фізичної культури, рівень активності суспільства в галузі фізичної культури. До групи особистісних цінностей відносять: знання людини про правила фізичної підготовки, методи організації фізичної активності, засоби фізичного

самовдосконалення, закономірності функціонування організму, знання про естетичні цінності рухової діяльності, характер та структуру мотивів до рухової активності людини. Перша група визначає форму організації фізкультурної освіти, друга – зміст процесу навчання.

Цінності фізичної культури є головною детермінантою фізичної культури у сучасній школі. Фізична культура як суспільне явище всебічно охоплюється шкільною фізичною культурою як навчально-прикладною дисципліною, включаючи визначення комплексу цінностей, що засвоюються учнями, організацією процесу передачі цінностей та досягнення школярами певного рівня фізкультурної освіченості як кінцевого результату фізкультурної освіти [54; 134].

За даними деяких дослідників, застаріла «радянська» система фізичного виховання, що дісталась нам у «спадок», була спрямована переважно на підготовку до праці та оборони, розвиток фізичних якостей, засвоєння вмінь і навичок. Автори вважають, що фізкультурна освіта, на відміну від фізичного виховання, здатна забезпечити більш глибоке засвоєння цінностей фізичної культури, тобто не тільки рухових, але й формування інтересу, цілей і здібностей до складання й реалізації індивідуальних рухових програм. Фізкультурна освіта претендує на формування свідомого й активного учасника фізкультурного руху, що реалізує у практиці життєдіяльності правила та ідеали здорового способу життя [83; 114; 171].

Автори виділили ще кілька класифікацій цінностей фізичної культури: за цілями, знаннями, засобами, якостями, а також інтелектуальні, рухові, технологічні, інтенційні, мобілізаційні [76].

У працях Л. І. Лубишевої [77; 78] як технології засвоєння інтелектуальних та інтенційних цінностей пропонується система заходів щодо інформаційно-освітнього забезпечення процесу формування здорового способу життя, що полягає у використанні ЗМІ (радіо, телебачення, преси тощо), вдосконаленні міжнародних зв'язків та використанні діяльнісного підходу. Для засвоєння рухових цінностей запропоновано спиратися на індивідуальні переваги у руховій діяльності.

Свою концепцію фізкультурної освіти студентів (у варіанті автора – непрофесійної фізкультурної освіти) подає В. В. Приходько [111-113]. Згідно з його розробками студент повинен бути «будівничим власного здоров'я». Для цього потрібно зосередити увагу на розвитку особистості студента, зокрема таких рис, як самостійність, ініціативність, наполегливість, відповідальність за своє здоров'я. Автор наголошує на необхідності



розрізняти поняття «здоров'я» і «відсутність захворювань». Якщо «відсутність захворювань» означає факт відсутності у людини у цей момент проявів певних патологічних станів, то «здоров'я» – цілісний, гармонійний стан людини, який напряду залежить від дотримання нею еталонного, підказаного культурою людства способу влаштування своєї життєдіяльності.

Отже, будівничий здоров'я – це вихована та освічена особистість, що відрізняється системою цінностей і цілей, понять і знань, умінь і навичок, які дозволяють здійснювати діяльність, що є значущою для гармонійного функціонування всіх систем організму на оптимальному рівні, а також для забезпечення адекватної взаємодії із зовнішнім світом. Мова йде про таку організацію життєдіяльності, що дозволяє випускникові гуманітарного чи технічного вищого навчального закладу реалізувати свої професійні знання і власну індивідуальність через високу працездатність і продуктивне довголіття [111].

Концепції шкільної та вузівської фізкультурної освіти дещо відрізняються, проте спільною є орієнтація на гармонійний розвиток і формування фізичної культури особистості [22; 28; 44; 90; 91]. У вирішенні завдань шкільної педагогіки фізичне виховання посідає одне з провідних місць. Ще П. Ф. Лесгафт наголошував на тому, що фізичне виховання не обмежується оздоровчими цілями чи спортивними вправами, воно повинно бути пов'язане з розумовим, духовним, трудовим, естетичним, етичним вихованням і лише за такого зв'язку можливе забезпечення мети виховання – всебічного розвитку особистості дітей та молоді [72].

Для різних етапів шкільної освіти розроблені теорії і концепції шкільного фізичного виховання і фізкультурної освіти [76; 83]. У програми з фізичного виховання школярів широко вводяться ідеї і принципи спортивного тренування, що прийнято називати спортизацією фізичного виховання [10; 147], на перший план виходить збереження здоров'я [149], профілактика захворюваності, забезпечення оптимального обсягу рухової активності, у тому числі з використанням міжпредметних зв'язків [9].

Для формування теоретичних знань з фізичної культури розроблена і запроваджена у практику роботи загальноосвітніх шкіл система інтегрованих уроків фізичної культури відповідно до матеріалів, що наявні у зошитах. Розробка інтегрованих уроків починається з чіткого визначення завдань: збереження і покращання фізичного стану дитини; розвиток творчих здібностей, пізнавальних процесів учнів; здійснення міжпредметних зв'язків; виконання вимог державної програми із засвоєння теоретичного матеріалу;

розширення світогляду в галузі олімпійської освіти. Інтегровані уроки повинні проводитися у взаємозв'язку з іншими предметами – валеологією, природознавством, малюванням, музикою, українською мовою, хореографією для розширення кругозору в галузі олімпійської освіти. Методика розробки інтегрованих уроків передбачає:

- визначення рівня розвитку дітей, класу в цілому (у тому числі їх якостей і здібностей);
- визначення довгострокових, поточних завдань і способів їх вирішення;
- визначення часу, який учень повинен витратити на засвоєння різних видів діяльності, особливо рухової;
- залучення батьків;
- визначення способів оцінювання успіхів учнів;
- урахування інтересів і побажань учнів [118].

Доцільно розрізняти специфічні функції неспеціальної фізкультурної освіти і загальнокультурні (загальні функції). Загальні базуються на її взаємозв'язках з іншими сферами життєдіяльності. Таким чином, якщо неспеціальна фізкультурна освіта надає досить помітний вплив на іншу область, то правомірно припускати наявність загальної функції з відповідною сферою. Очевидно, не буде великою помилкою, якщо таку функцію позначити терміном, що збігається зі специфічним призначенням конкретного суспільного явища [83].

Серед фахівців міцно закріпилася концепція так званої ноосферної освіти як елемента розумної діяльності людей у біосфері, метою якої є формування гармонійного, цілісного, екологічно здорового мислення, що засноване на свідомому володінні як логічним (лівопівкульним), так і уявним (правопівкульним) мисленням. Стосовно фізичного виховання, його засоби і методи містять широкий арсенал психомоторного і психосенсорного виховання людини за допомогою необмеженого кола засобів фізичного виховання, які використовуються для учнівської молоді [59].

Сучасна шкільна програма з фізичної культури передбачає державну підсумкову атестацію, що проводиться у випускному класі з учнями основної медичної групи і має на меті виявити рівень фізичної підготовленості випускників, перевірити їх знання щодо фізкультурно-спортивної діяльності та вміння їх використовувати для збереження та поліпшення здоров'я. Методичні розробки вітчизняних науковців [55] спрямовані на полегшення інтегрального оцінювання знань, умінь і навичок школярів з фізичної культури під час державної підсумкової атестації. Зокрема рекомендується застосування для

цього білетів, що містять одне теоретичне питання і три залікові вправи (по одній з легкої атлетики, гімнастики, ігрових видів спорту).

Теорія і методика фізкультурної освіти студентської молоді, як і школярів, має цілу низку особливостей залежно від типу навчального закладу та майбутньої спеціальності студента. Наприклад, науковцями розглядаються найбільш ефективні шляхи психологічного супроводу навчальної діяльності студентів-аграріїв [140], фізичного виховання студентів творчих спеціальностей [84], професійно-прикладної фізичної підготовки студентів економічних спеціальностей [105–107], удосконалення системи фізичного виховання студентів юридичних навчальних закладів [12], технічних ВНЗ [37; 48; 104], гуманітарних [51], педагогічних [53] та медичних [108] навчальних закладів.

У Росії знайшла застосування концепція модернізації системи загальної (неспеціальної) середньої фізкультурної освіти школярів, розроблена В. П. Лук'яненком [79; 80]. Вона базується на широкому використанні освітнього потенціалу фізичної культури. Найбільш коротко сутність запропонованої концепції полягає у такому:

- обґрунтування необхідності принципів змін у розумінні мети і змісту загальної фізкультурної освіти, які передбачають необхідність суттєвого зміщення акценту з рухової на когнітивну, суто освітню складову;

- фундаменталізація змісту неспеціальної фізкультурної освіти;

- усунення дисбалансу між руховою та інтелектуальною складовими змісту освіти з предмета «Фізична культура» у школі на основі оптимального співвідношення між ними відповідно до внеску у формування фізичної культури школярів;

- створення умов для формування нового уявлення про урок фізичної культури, що характеризує його передусім із загальноосвітніх і культурологічних позицій як форму забезпечення належного рівня неспеціальної фізкультурної освіченості, і на цій фундаментальній основі – вирішенні проблеми здоров'я і рухової підготовленості учнівської молоді;

- розширення уявлень про комплекс засобів щодо формування фізичної культури особистості, обґрунтування включення до її змісту системи спеціальних знань як одного з основних засобів реалізації цього процесу (поряд з фізичними вправами);

- забезпечення передумов для досягнення одного із завдань освіти – перетворення обов'язкового навчального процесу з фізичної культури у школі на процес самоосвіти й фізичного самовдосконалення для піднесення рівня фізичної фізичної культури у суспільстві;

– створення умов для справжнього самовизначення особистості у сфері фізичної культури.

Досить актуальною сьогодні залишається проблема вдосконалення теорії і практики неспеціальної фізкультурної освіти студентів, що навчаються на спеціальному відділенні (спецмедгрупи), та студентів з особливими потребами, оскільки такий контингент потребує крім традиційних вимог ще й урахування специфіки захворюваності і через це більш уважного добору засобів і методів фізкультурної освіти [56; 129].

Як основний принцип роботи у спеціальному відділенні вищого навчального закладу фахівці виділяють універсальність підготовки студентів. Виходячи з цього, на заняттях студентів вирішується ціла низка завдань, які спрямовані на досягнення загальної мети навчально-виховного процесу з фізичного виховання:

– зміцнення здоров'я, сприяння фізичному розвитку і всебічній фізичній підготовленості;

– реабілітація і відновлення після захворювань;

– підтримання життєво важливих органів і систем людини на оптимальному рівні функціонування;

– пропаганда здорового способу життя, прищеплення навичок і потреб у систематичних заняттях фізичними вправами для підтримання високої працездатності [52; 122].



1. Автономова Т. В. Основные тенденции развития гуманитаризации общего образования: На материалах стран Западной Европы и США : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Автономова Татьяна Валерьевна. – М., 2003. – 205 с.

2. Александрова Е. А. Культурологические опыты / Е. А. Александрова, И. М. Быховская. – М., 1996. – С. 24–25.

3. Алексеева Е. В. Педагогические условия формирования здорового образа жизни у школьников на основе аксиолого-компетентного подхода : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Е. В. Алексеева. – Нижний Новгород, 2006. – 24 с.

4. Андреева Е. В. Программирование физкультурно-оздоровительных занятий девочек 12–13 лет : дис ... канд. физ. восп. : 24.00.02 / Андреева Елена Валерьевна. – К., 2002. – 190 с.

5. Андрушко В. Т. Сучасні проблеми гуманізації та виховання / В. Т. Андрушко, В. М. Зінько, О. В. Огірко // Сучасні проблеми гуманізації та гармонізації управління : 6-та Міжнар. міждисциплінарна наук.-практ. конф., 4–9 листоп. 2005 р. – Х., 2005. – С. 128–129.

6. Антонова Т. В. Педагогические условия валеологического саморазвития студента в процессе физического воспитания : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Т. В. Антонова. – Йошкар-Ола, 2005. – 20 с.

7. Ашастин Б. В. Самоорганизующаяся система образования и спорта: Социокультурные, витагенные и валеологические особенности человековедения / Ашастин Б. В., Исаев А. П., Кабанов С. А. – Екатеринбург : НУДО «Межотраслевой региональный центр», 2000. – 134 с.

8. Бабенкова Е. В. Педагогическое содействие усвоению студентами университета фундаментальных педагогических понятий : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Е. В. Бабенкова. – Челябинск, 2006. – 20 с.

9. Бальсевич В. К. Инфраструктура высокоэффективного физического воспитания в общеобразовательной школе России: Методология проектирования и эксплуатации / В. К. Бальсевич // Вестник спортивной науки. – 2003. – № 1. – С. 34–39.

10. Бальсевич В. К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе / В. К. Бальсевич. – М. : Теория и практика физ. культуры и спорта, 2006. – 111 с.

11. Барабашов С. В. Теоретико-методические основы лично ориентированной технологии физкультурного образования школьников : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Барабашов Сергей Викторович. – Омск, 2000. – 390 с.

12. Бізін В. П. Стан та перспективи удосконалення системи фізичного виховання у вищих юридичних навчальних закладах / В. П. Бізін, Д. О. Каратаєва // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2006. – Вип. 10. – Т. 1. – С. 228–232.

13. Бондаревская Е. В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания / Е. В. Бондаревская, С. В. Кузьневич. – Ростов-на-Дону: Твор. центр «Учитель», 1999. – 560 с.

14. Борисова О. Олимпийское образование в структуре магистерской подготовки / О. Борисова, С. Матвеев // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 74–81.

15. Брецинка В. Метатеория воспитания. Введение в основы науки о воспитании, философию воспитания и практическую педагогику / В. Брецинка. – Киев – Дрогобыч : Коло, 2006. – 368 с.

16. Булатова М. М. Европейский опыт: уроки и приоритеты / М. М. Булатова // Спортивная медицина. – 2007. – № 1. – С. 3–10.

17. Булатова М. М. Олімпійська освіта у системі навчально-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів України / М. М. Булатова, В. М. Єрмолова. – К. : Олімп. л-ра, 2007. – 44 с. – (Навчальне видання).

18. Булатова М. М. Программы по физическому воспитанию в системе среднего образования и пути их совершенствования / М. М. Булатова, А. Т. Литвин // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. – Х. : ХДАДМ (ХХП), 2003. – № 19. – С. 57–70.

19. Булатова М. Фитнес и двигательная активность: проблемы и пути решения / М. Булатова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2007. – № 1. – С. 3–7.

20. Васьков Ю. В. Зміст фізкультурної освіти як категорія дидактики / Ю. В. Васьков // Фізичне виховання в школі. – 2002. – № 3. – С. 37–43.
21. Вацеба О. Актуальные вопросы олимпийского образования в учебно-воспитательном процессе учеников общеобразовательных школ / О. Вацеба, В. Юхымук // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 87–92.
22. Виленский М. Я. Гуманитарные ориентиры физической культуры в подготовке специалистов / М. Я. Виленский, В. В. Черняев // Педагогическое образование и наука. – 2003. – № 3. – С. 15–19.
23. Виндюк О. В. Двигательная активность школьников США – фактор подготовки к конкурентноспособной личности / О. В. Виндюк // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х. : ХДАДМ (ХХІІІ), 2003. – № 6. – С. 63–68.
24. Выдрин В. М. Неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование / В. М. Выдрин // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 5–6. – С. 15–16.
25. Выдрин В. М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры : учеб. пособие / В. М. Выдрин. – СПб. : СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2001. – 75 с.
26. Высоцки Ц. Теоретические основы применения олимпийских знаний в практике образования студентов высшей школы физического воспитания и туризма в Супрасле / Ц. Высоцки // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по ФКиС. – Минск : БГУФК, 2005. – С. 64–66.
27. Власов А. А. Физическая культура и спорт : краткий терминологический словарь / А. А. Власов. – М. : Сов. спорт, 2005. – 60 с.
28. Вовк В. М. Социально-педагогические основы категории преемственность физического воспитания учащейся и студенческой молодежи / В. М. Вовк // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт : зб. – Чернігів : ЧДПУ, 2008. – № 54. – Т. 1. – С. 73–78.
29. Вялкин А. Г. Физическая культура в школах Голландии / А. Г. Вялкин // Физическая культура в школе. – 2001. – № 8. – С. 40–41.
30. Галашко М. І. Аспекти формування громадянської культури майбутніх педагогів в процесі фізкультурно-оздоровчих занять / М. І. Галашко, В. В. Гузінін, Т. В. Гузініна // Умови і фактори формування особистісно-орієнтованих підходів до навчання: зб. наук. праць. – Х. : Стиль-издат, 2006. – С. 321–333.
31. Георгиадис К. Теоретические основы олимпийского образования / К. Георгиадис // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 13–16.
32. Гиголаева Т. В. Формирование у студентов педагогического вуза готовности к реализации здорового образа жизни : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика обучения и воспитания (социальное воспитание в общеобразовательной и высшей школе)» / Т. В. Гиголаева. – Кострома, 2006. – 23 с.
33. Гіптерс З. В. Культурологічний словник-довідник / З. В. Гіптерс. – К. : ВД «Професіонал», 2006. – 328 с.

34. Головихин Е. В. Оценка знаний по физической культуре / Е. В. Головихин, В. В. Погодин // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 9. – С. 78–80.
35. Гончаренко М. С. Воспитание духовных ценностей в образовательном процессе / М. С. Гончаренко, Т. М. Куйдина, В. Е. Новикова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. монографія / [за ред. проф. С. С. Єрмакова] – Х. : ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – № 9. – С. 33–36.
36. Горбаченко К. С. Фізична культура як фактор формування здорового способу життя особистості / К. С. Горбаченко, А. С. Мочарська // Молода спортивна наука : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Анотації, зміст та допоміжні індекси. Вип. 11 : у 5 т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2007. – С. 13.
37. Гуменний В. С. Дослідження ефективності традиційної методики фізичної культури студентів Кременчуцького державного політехнічного університету / В. С. Гуменний // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. – Х., 2006. – № 1. – С. 27–29.
38. Гуслистова И. И. Методология интегративного подхода к олимпийскому образованию / И. И. Гуслистова // Мир спорта. – 2004. – № 4. – С. 82–86.
39. Деминский А. Ц. Общенаучные основы физической культуры как средства совершенствования и оздоровления человека / А. Ц. Деминский // Материалы Междунар. науч.-практ. конф. [«Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»], (Минск, 8–10 апр. 2009 г.): в 4 т. / [редкол : М. Е. Кобринский (гл. ред.)]. – Минск : БГУФК, 2009. – Т. 3. – Ч. 1. – С. 35–38.
40. Джурицкий А. Н. История образования и педагогической мысли : учеб. [для студ. высш. учеб. заведений] / А. Н. Джурицкий. – М. : ВЛАДОС, 2004. – 400 с.
41. Дивинская Е. В. Олимпийское образование будущих специалистов физической культуры и спорта на основе личностно-ориентированного подхода : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Дивинская Елена Викторовна. – Волгоград, 2003. – 181 с.
42. Добрынина К. В. Формирование готовности студента – будущего преподавателя вуза к реализации воспитывающего обучения : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / К. В. Добрынина. – Самара, 2006. – 20 с.
43. Долбишева Н. Г. Теоретико-методичні основи формування знань про фізичне здоров'я в системі фізичного виховання у старшокласників : дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Долбишева Ніна Григорівна. – Дніпропетровськ, 2005. – 213 с.
44. Дохилян Л. С. Сравнительный анализ высшего образования в России и США : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Л. С. Дохилян. – Рязань, 2006. – 22 с.
45. Дубогай О. Д. Інтеграція рухової і пізнавальної діяльності в системі навчальних закладів / О. Д. Дубогай. – К., 2001. – 177 с.
46. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія і практика / М. В. Дутчак. – К. : Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
47. Дутчак М. В. Теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні : дис. ... доктора наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Дутчак Мирослав Васильович. – К., 2009. – 457 с.

48. Єгорова Н. Вплив методики проведення занять ритмічною гімнастикою на фізичну підготовленість та працездатність студентів 1 курсу технічного вузу / Н. Єгорова // Молода спортивна наука : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Анотації, зміст та допоміжні індекси. Вип. 11 : у 5 т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2007. – С. 18.
49. Ермолова В. М. Интеграция олимпийского образования в учебно-воспитательный процесс средней школы / В. М. Ермолова, М. М. Булатова // Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех : материалы XII Междунар. науч. конгр. – М. : Физ. культура, 2008. – Т. 1. – С. 98–99.
50. Есауленко И. Э. Здоровье нации – в надежных руках / И. Э. Есауленко, Е. В. Мельчикова // Культура физическая и здоровье. – 2006. – № 3. – С. 63–64.
51. Жигаева О. Г. Педагогические пути повышения эффективности физической подготовки студентов вузов гуманитарного профиля : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / О. Г. Жигаева. – Москва, 2006. – 20 с.
52. Завизионова Н. А. Методические аспекты обучения студентов 1–4 курсов специального учебного отделения элементам баскетбола / Н. А. Завизионова // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. / [под ред. проф. С. С. Ермакова]. – Х. : ХГАДИ (ХХПИ), 2008. – № 3. – С. 19–24.
53. Загревская А. И. Методология построения содержания физкультурного образования студентов специальной медицинской группы педагогического вуза / А. И. Загревская // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 10. – С. 21–25.
54. Зайцева М. Ю. Формирование у подростков умения сотрудничать в условиях спортивно-оздоровительных занятий : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / М. Ю. Зайцева. – Ижевск, 2006. – 20 с.
55. Збірник матеріалів для державної підсумкової атестації з фізичної культури / [упоряд. : С. М. Дятленко, С. М. Чешейко]. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2009. – 108 с.
56. Здоровьесберегающие технологии для студентов, занимающихся физической культурой в специальном учебном отделении: Авторская рабочая программа / В. П. Зайцев, С. И. Крамской. – Белгород : Изд-во БГТУ им. В. Г. Шухова, 2005. – 58 с.
57. Золочевський В. В. Питання фізичного виховання у педагогічній спадщині Джона Локка та їх педагогічна ретроспекція в сучасних школах Великобританії / В. В. Золочевський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. – Х. : ХДАДМ (ХХПІ), 2008. – № 1. – С. 55–57.
58. Ильинич В. И. Физическая культура студента и жизнь : учеб. / В. И. Ильинич. – М., 2005. – 366 с.
59. Инвайронментальная направленность физического воспитания и его место в системе ноосферного образования / Н. А. Олейник, Т. В. Бондаренко, В. П. Зайцев [и др.] // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. / [под ред. проф. С. С. Ермакова] – Х. : ХГАДИ (ХХПИ), 2008. – № 3. – С. 83–93.
60. Касьяненко О. Г. Повышение эффективности олимпийского образования как педагогической деятельности за счет поиска новых форм его организации / О. Г. Касьяненко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. / [под ред. проф. С. С. Ермакова] – Х. : ХГАДИ (ХХПИ), 2008. – № 3. – С. 25–34.



61. Киященко Н. И. Эстетика – философская наука / Н. И. Киященко. – М. : Вильямс, 2005. – 592 с.
62. Коноплева Е. Н. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у студентов нефизкультурных вузов посредством лекционных занятий по теории и методике ФК / Е. Н. Коноплева // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. / [под ред. проф. С. С. Ермакова]. – Х. : ХГАДИ (ХХПИ), 2008. – № 3. – С. 45–52.
63. Контанистов А. Т. Олимпийское образование в системе физического воспитания российских школьников / А. Т. Контанистов // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 41–45.
64. Контанистов А. Т. Формирование организационно-педагогических основ олимпийского образования в России : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / А. Т. Контанистов. – М., 2001. – 23 с.
65. Коренберг В. Б. О некоторых базовых понятиях в нашей сфере / В. Б. Коренберг // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 2. – С. 9–13.
66. Короткова Е. А. Оптимизация учебного процесса по физической культуре в школе на основе технологии дифференцированного физкультурного образования школьников : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Короткова Елена Анатольевна. – Омск, 2000. – 212 с.
67. Кубертен П. де. Олімпійські мемуари / П. де Кубертен ; за ред. В. В. Петровського. – К. : Олімпійська література, 1997. – 178 с.
68. Кузнецов В. А. Теоретическая подготовка студентов педагогического вуза в системе общего физкультурного образования : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Кузнецов Владимир Алексеевич. – Нижний Новгород, 2005. – 214 с.
69. Кузнецова Ю. Л. Гуманистические педагогические технологии обучения в вузах США: Вторая половина XX века : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Кузнецова Юлия Леонидовна. – Казань, 2004. – 189 с.
70. Лапина Н. М. Становление и развитие учебной дисциплины «теория и методика физической культуры» : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Н. М. Лапина. – Санкт-Петербург, 2006. – 22 с.
71. Леонов О. З. Основні складові системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах зарубіжних країн / О. З. Леонов // Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова : наук. часоп. : зб. наук. праць. – 2005. – Вип. 1. – С. 101–108.
72. Лесгафт П. Ф. Избранные труды / П. Ф. Лесгафт ; сост. И. Н. Решетень. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 359 с.
73. Литвин А. Т. Система физического воспитания в СССР (1945–1991 гг.) : Лекция для студентов, аспирантов и слушателей курсов повышения квалификации, преподавателей физического воспитания / А. Т. Литвин. – К. : Т-во «Знання» України, 2007. – 45 с.

74. Лозова В. І. Теоретичні основи виховання і навчання / В. І. Лозова, Г. В. Троцько. – Х. : ОВС, 2002. – 400 с.

75. Лотоненко А. В. Физическая культура и ее виды в реальных потребностях студенческой молодежи / А. В. Лотоненко, Е. А. Стеблецов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 22–26.

76. Лубышева Л. И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 11–17.

77. Лубышева Л. И. Обсуждаем новые векторы спортизации общеобразовательных школ России / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 8. – С. 78–79.

78. Лубышева Л. И. Спортизация общеобразовательных школ России: новые векторы развития / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 1. – С. 63–65.

79. Лукьяненко В. П. Концепции модернизации системы общего среднего физкультурного образования в России : [монография] / В. П. Лукьяненко. – М. : Сов. спорт, 2007. – 95 с.

80. Лукьяненко В. П. Основные положения концепции коренной модернизации системы общего физкультурного образования в России / В. П. Лукьяненко // Материалы Междунар. науч.-практ. конф. [«Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»], (Минск, 8–10 апр. 2009 г.): в 4 т. / [редкол : М. Е. Кобринский (гл. ред.)]. – Минск : БГУФК, 2009. – Т. 3. – Ч. 2. – С. 189–194.

81. Лях В. И. Физическое воспитание в современной немецкой школе / В. И. Лях // Физическая культура в школе. – 2005. – № 5. – С. 75–79; № 6. – С. 74–79.

82. Магин В. А. Модернизация системы профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту на основе инновационных технологий : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / В. А. Магин. – М., 2006. – 21 с.

83. Макаридин Д. Н. Дифференцированное физкультурное образование учащихся 10–11 классов общеобразовательной школы в зависимости от обученности и уровня развития физических способностей : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Д. Н. Макаридин. – Тюмень, 1999. – 18 с.

84. Малинский И. И. Реформирование системы высшего образования в Украине и физическое воспитание студенческой молодежи / И. И. Малинский, Т. П. Гусев // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. – Х., 2006. – № 1. – С. 82–86.

85. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – [3-е изд., перераб. и доп.]. – М. : Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с.

86. Матвеев С. Олимпийское образование: от Древней Греции до современности / С. Матвеев, Л. Радченко, Я. Щербашин // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 46–52.

87. Мухамитянов Ф. Д. Физическая культура как социальное явление и культурный феномен / Ф. Д. Мухамитянов // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 9. – С. 10–14.

88. Непрерывное физкультурное образование: перспективы и пути совершенствования : сб. науч. ст. / Дальневост. гос. ун-т, фак. физ. культуры и спорта. – Владивосток : Изд-во Дальневост. ун-та, 2000. – 78 с.

89. Нестеров А. А. Цели и содержание физического воспитания учащихся общеобразовательных школ стран Азии (Япония, Корея, Китай) / А. А. Нестеров, М. Н. Забурдаева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 5. – С. 58–61.

90. Никитина А. А. О сущности дефиниции «физическая культура личности» в физическом воспитании студентов / А. А. Никитина // Вестник РГУ им. И. Канта. Серия «Педагогические и психологические науки». – Калининград : РГУ им. И. Канта, 2006. – Вып. 5. – С. 30–37.

91. Никитина А. А. Теоретические предпосылки развития информационно-знаниевых потребностей студентов / А. А. Никитина // Проблемы педагогической деятельности в физической культуре и спорте и пути их решения в физкультурном образовании : сб. науч. тр. каф. педагогики СПб ГУФК им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2006. – С. 145–148.

92. Николаев Ю. М. Общая теория и методология физической культуры как отражение потребности в модернизации физкультурного образования / Ю. М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 7. – С. 2–10.

93. Николаев Ю. М. Теория физической культуры: базовые концепции и основополагающий категориальный аппарат / Ю. М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 15–20.

94. Осадчая Т. Ю. Физическое воспитание школьников в США : учеб. пособие [для студ. вузов физ. воспитания и спорта] / Т. Ю. Осадчая, И. Г. Максименко. – К. : Олимп. лит., 2008. – 144 с.

95. Панагйотис Н. И. Система оценки успеваемости по физическому воспитанию в начальной школе Греции / Н. И. Панагйотис // Олімпійський спорт і спорт для всіх : IX Міжнар. наук. конгр. : тези доп. – К. : Олімп. л-ра, 2005. – С. 139.

96. Панагйотис Н. Контроль эффективности физического воспитания в начальной школе Греции / Н. Панагйотис // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. – Х. : ХГАДИ (ХХПИ), 2003. – № 3. – С. 130–137.

97. Панюкова О. М. Педагогическое обеспечение подготовки студентов педколледжа к здоровьесберегающей деятельности : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / О. М. Панюкова. – Иркутск, 2006. – 20 с.

98. Пасічник В. Особливості фізичного виховання дітей дошкільного віку та учнів загальноосвітніх шкіл Польщі у 70–80-х р. ХХ століття / В. Пасічник // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2007. – № 2–3. – С. 49–53.

99. Пасічник В. Фізичне виховання учнівської молоді у Польщі (XIX – поч. ХХ століття) / В. Пасічник // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2006. – Вып. 10. – Т. 3. – С. 207–214.

100. Педагогика: Большая современная энциклопедия / [сост. Е. С. Рапацевич]. – Минск : Современное слово, 2005. – 720 с.
101. Педагогический энциклопедический словарь / [гл. ред. Б. М. Бим-Бад ; редкол. : М. М. Безруких, В. А. Болотов, Л. С. Глебова и др.]. – М. : Большая Российская энциклопедия, 2003. – 528 с.
102. Педагогічний словник / [за ред. М. Д. Ярмаченка]. – К. : Пед. думка, 2001. – 516 с.
103. Петлеваний Г. Ф. Система олимпийского образования в многопрофильной школе-комплексе физкультурно-эстетического направления : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Петлеваний Георгий Федорович. – М., 1997. – 179 с.
104. Петров С. Ю. Проблема фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів у теорії і практиці / С. Ю. Петров // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки : зб. наук. праць. – К. – Запоріжжя, 2004. – Вип. 30. – С. 349–357.
105. Пилипей Л. П. Використання антропних технологій для організації професійно-прикладної фізичної підготовки студентів / Л. П. Пилипей // Теорія і методика фізичного виховання і спорту : наук.-теор. журн. – К., 2006. – № 2. – С. 61–65.
106. Пилипей Л. П. Використання гуманістичного підходу при створенні умов для професійно-прикладної фізичної підготовки студентів / Л. П. Пилипей // Молода спортивна наука : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. Анотації, зміст та допоміжні індекси. Вип. 10 : у 5 т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2006. – Т. 1. – С. 299–304.
107. Пилипей Л. П. Проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вузів економічних спеціальностей / Л. П. Пилипей // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2006. – № 4. – С. 31–33.
108. Платова Н. Э. Формирование мотивов физкультурно-спортивной активности студента медицинского вуза упражнениями телесно-пластической направленности : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Н. Э. Платова. – Майкоп, 2006. – 23 с.
109. Пономарев В. В. Педагогические технологии физкультурного образования школьников Крайнего Севера : [монография] / В. В. Пономарев. – Красноярск : СибГТУ, 2001. – 390 с.
110. Поспех Е. Критерии качества физической культуры в европейской перспективе / Е. Поспех // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 3. – С. 49–54.
111. Приходько В. В. Креативна валеологія. Концепція і педагогічна технологія формування студентів технічних і гуманітарних спеціальностей як будівничих власного здоров'я : навч. посіб. / В. В. Приходько, В. П. Кузьмінський ; за заг. ред. і передм. А. Г. Чічікова. – Дніпропетровськ : Нац. гірн. ун-т, 2004. – 230 с.
112. Приходько В. В. Педагогические основы физкультурного образования студентов (опыт игрового проектирования и экспертизы) : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Приходько Владимир Витальевич. – М., 1991. – 416 с.

113. Приходько В. В. Чи потрібно «готувати солдатів до минулої війни»? (Від забаганок викладачів до формування діяльної особистості студента) / В. В. Приходько, В. Г. Вікторов // Освіта. – 2005. – № 34. – С. – 23–28.

114. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я : навч. посіб. / [М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко та ін.] ; за заг. ред. М. С. Корольчука. – К. : Фірма «ІНКОС», 2002. – 272 с.

115. Радаева С. В. Физическое воспитание студентов нефизкультурного вуза на основе спортивно-ориентированных технологий : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / С. В. Радаева. – Красноярск, 2008. – 24 с.

116. Рихтер О. В. Формирование культуры здорового образа жизни воспитанников учреждений дополнительного образования в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Рихтер Ольга Викторовна. – Ставрополь, 2005. – 221 с.

117. Родиченко В. С. Олимпийские академии России : учеб.-метод. пособие [для системы физкультурного и олимпийского образования] / В. С. Родиченко, А. Т. Контанистов. – М. : Сов. спорт, 2003. – 96 с.

118. Савченко В. Олимпийское образование детей младшего школьного возраста / В. Савченко, Н. Москаленко // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 96–99.

119. Сергеев В. Н. Олимпийское образование: определение сущности и перспективы направления научных исследований / В. Н. Сергеев // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 7. – С. 48–49.

120. Смакула А. И. Формирование ценностного отношения будущих учителей к физической культуре : метод. пособие / А. И. Смакула. – Измаил, 2002. – 82 с.

121. Собянин Ф. И. Научное образование в теории физической культуры в системе профессионального физкультурного образования / Ф. И. Собянин, А. В. Лотоненко // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 4. – С. 5–10.

122. Старокожев П. В. Здоровьесберегающие технологии в условиях саморазвития индивидуальной физической культуры будущего специалиста : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / П. В. Старокожев. – Курск, 2006. – 20 с.

123. Степанова Е. Н. Формирование рекреационной физической культуры у школьников : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Е. Н. Степанова. – Санкт-Петербург, 2005. – 20 с.

124. Столяров В. И. Гуманистический подход к спортивному воспитанию и спортивной культуре: обобщающая концепция и ее применение к дошкольникам / В. И. Столяров, О. В. Козырева // Соревнование и спорт в системе гуманистического воспитания детей : Гуманитар. центр «СпАрт» РГАФК. – М., 2002. – Вып. 2. – С. 3–226.

125. Столяров В. И. Социология физической культуры и спорта (введение в проблематику и новая концепция) : науч.-метод. пособие [для ин-тов и акад. физ. культуры] / В. И. Столяров. – М. : Гуманитарный центр «СпАрт» РГАФК, 2002. – 346 с.

126. Суворова Н. В. Послевузовская подготовка учителя к организации здоровьесберегающего обучения : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Н. В. Суворова. – Красноярск, 2006. – 20 с.

127. Сулейманов И. И. Система основных понятий теории физической культуры : учеб. пособие / И. И. Сулейманов. – Тюмень : Изд-во «Вектор Бук», 1999. – 16 с.

128. Сулейманов И. И. Общее физкультурное образование : учеб. [для студ., обучающихся по спец. «Физическая культура и спорт»] / И. И. Сулейманов, О. А. Аюшеева, Н. А. Коротаева. – Тюмень : Тюм. гос. ун-т, Сиб. гос. акад. физ. культуры, 2000. – 125 с.

129. Суриков А. А. Формирование физической культуры студенток специальных медицинских групп на основе личностно-ориентированной модульной программы физического воспитания : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / А. А. Суриков. – Йошкар-Ола, 2006. – 20 с.

130. Твій перший олімпійський путівник / [за заг. ред. М. М. Булатової]. – [2-ге вид., допов.]. – К. : Олімп. л-ра, 2007. – 104 с.

131. Теорія і методика фізичного виховання : навч. вид. / [під ред. Т. Ю. Круцевич]. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – Т. 1. – 391 с.

132. Теорія і методика фізичного виховання : навч. вид. / [під ред. Т. Ю. Круцевич]. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – Т. 2. : Методика фізичного виховання різних груп населення. – 366 с.

133. Теория и методика физической культуры : [учеб. для студ. высш. учеб. Заведений] / [под ред. Ю. Ф. Курамшина]. – М. : Сов. спорт, 2003. – 319 с.

134. Тимошина И. Н. Физкультурное образование учащихся специальных медицинских групп общеобразовательных учреждений / И. Н. Тимошина. – М. : Теория и практика физ. культуры и спорта, 2006. – 129 с.

135. Тихомиров В. Современные образовательные технологии: Мировой опыт и положение дел в России / В. Тихомиров // *Alma mater*. – М., 2002. – № 1. – С. 9–17.

136. Толковый словарь спортивных терминов / [сост. : Ф. П. Суслов, С. В. Вайцеховский]. – М. : ФКиС, 1993. – 290 с.

137. Томенко О. А. Особливості олімпійської освіти у КНР напередодні Олімпійських ігор у Пекіні / О. А. Томенко // *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. – 2008. – № 3. – С. 36–40.

138. Томенко А. Особенности реализации программ по олимпийскому образованию в КНР накануне Олимпийских игр в Пекине / А. Томенко // *Материалы III Междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых [«Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма»], (Минск, 4–5 июня 2008 г.)* / [редкол. : М. Е. Кобринский (гл. ред.)]. – Минск : БГУФК, 2008. – С. 261–264.

139. Томенко О. А. Реализация программ по олимпийскому образованию в КНР накануне Олимпийских игр в Пекине / О. А. Томенко // *Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр.* [под. ред. проф. С. С. Ермакова]. – Х. : ХГАДИ (ХХПИ), 2008. – № 3. – С. 124–132.

140. Третьяков М. О. Психологічні аспекти навчальної діяльності з фізичного виховання в аграрних вищих навчальних закладах / М. О. Третьяков, В. П. Краснов, С. І. Присяжнюк // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт : зб. – Чернігів : ЧДПУ, 2008. – № 54. – Т. 1. – С. 73–78.
141. Трофимова О. Г. Физкультурное образование школьников как фактор, повышающий интерес к уроку физической культуры и здоровому образу жизни : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / О. Г. Трофимова. – Ярославль, 2005. – 27 с.
142. Турчик І. Особливості фізичного виховання школярів Великобританії / І. Турчик // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Вип. 7 : у 3 т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2003. – Т. 2. – С. 172–175.
143. Турчик І. Оцінювання на уроках фізичного виховання в Англії / І. Турчик, О. Шиян // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Вип. 10 : у 3 т. – Львів, 2006. – Т. 3. – С. 423–428.
144. Утишева Е. В. Физическое образование: социально-педагогические и социологические проблемы : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Е. В. Утишева. – СПб., 1999. – 48 с.
145. Физкультурное образование в терминах и понятиях : [учеб. пособие] / В. П. Каргаполов, В. Ф. Лигута, Г. И. Мызан, А. П. Слободян / Хабар. гос. ин-т физ. культуры. – Хабаровск, 1995. – 105 с.
146. Филаретос Н. Введение в олимпизм через деятельность Международной олимпийской академии / Н. Филаретос // Мир спорта. – 2003. – № 3. – С. 18–21.
147. Фонарев Д. В. Теоретическое обоснование муниципальной системы спортивно ориентированного физического воспитания в г. Чайковского / Д. В. Фонарев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 4. – С. 20–25.
148. Фролова Л. В. Социокультурные аспекты отношения студенческой молодежи к физической культуре : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора соц. наук : спец. 22.00.06 «Социальная культура, культура духовной жизни» / Л. В. Фролова. – Саратов, 2006. – 40 с.
149. Футорний С. М. До проблеми формування основ здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання / С. М. Футорний, В. О. Кашуба // Фізичне виховання студентів: наук. журн. – Харків : ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2011. – № 1. – С. 126–129.
150. Храмова Н. А. Формирование физического самоимиджа студентов в процессе физического воспитания в вузе / Н. А. Храмова, З. М. Кузнецова // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 8. – С. 87–92.
151. Цикин В. А. Философия самоорганизации сложных систем / В. А. Цикин. – Сумы : СГПУ, 2001. – 196 с.
152. Чернецкий Ю. М. Концептуальные основы олимпийского образования : дис. ... доктора пед. наук в виде науч. докл. : 13.00.04 / Чернецкий Юрий Михайлович. – Челябинск, 2001. – 80 с.

153. Чернецкий Ю. М. Философские концептуальные основы изучения олимпизма и олимпийского образования / Ю. М. Чернецкий // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 1. – С. 47–51.
154. Шаталова И. Е. Самостоятельная работа студентов в области физической культуры / И. Е. Шаталова, О. В. Резенькова // Материалы Междунар. науч.-практ. конф. [«Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»], (Минск, 8–10 апр. 2009 г.): в 4 т. / [редкол. : М. Е. Кобринский (гл. ред.)]. – Минск : БГУФК, 2009. – Т. 3. – Ч. 2. – С. 303–305.
155. Шилько В. Г. Модернизация физического воспитания студентов на основе личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Шилько Виктор Генрихович. – Томск, 2003. – 342 с.
156. Шиян О. Роль спорту в навчально-виховному процесі шкіл Великобританії (Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень) / О. Шиян, І. Турчик // Фізичне виховання в школі. – 2005. – № 1. – С. 51–54.
157. Шкретій Ю. Стан та напрямки удосконалення системи фізичного виховання молоді / Ю. Шкретій // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2005. – № 1. – С. 12–15.
158. Шумакова Н. Ю. Гуманізація фізкультурного образования в условиях современности / Н. Ю. Шумакова, М. В. Катренко // Материалы Междунар. науч.-практ. конф. [«Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»], (Минск, 8–10 апр. 2009 г.): в 4 т. / [редкол. : М. Е. Кобринский (гл. ред.)]. – Минск : БГУФК, 2009. – Т. 3. – Ч. 1. – С. 95–98.
159. Юхимук В. П. Актуальні питання навчально-методичного забезпечення олімпійської освіти школярів України / В. П. Юхимук // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2006. – Вип. 10. – Т. 3. – С. 414–419.
160. Юхимук В. П. До питання понятійного тлумачення словосполук «олімпійська освіта» та «олімпійське виховання» // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2005. – Вип. 9. – Т. 4. – С. 237–242.
161. Якимович С. В. Физическое воспитание школьников во внеурочное время на основе социально ориентирующих игр : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Якимович Светлана Владимировна. – Волгоград, 2003. – 195 с.
162. A Decade of Research Literature in Physical Education Pedagogy / P. Kulinna, K. Scrabis-Fletcher, S. Kodish [et al] // Journal of Teaching in Physical Education. – 2009. – № 28. – P. 119–140.
163. Allison M. T. New Humanism and International Discourse: Sport and Science as Forms of Cultural Exchange / M. T. Allison // Sport and Humanism: Proceedings of the International Workshop of Sport Sociology in Japan. – Gotenba, 1988. – P. 21–39.
164. Binder D. Keep the Spirit Alive / D. Binder. – Lausanne : IOC, 1995. – 39 p.
165. Brudnik E. Ja i mój uczeń pracujemy aktywnie. Przewodnik po metodach aktywizujących / E. Brudnik. – Kielce : Zakład Wydawniczy SFS, 2002. – 98 s. – (Część II).
166. Chandler T. Reflections on models of games education / T. Chandler, S. Mitchell // Journal of Teaching in Physical Education. – 1991. – № 14. – P. 467–477.
167. Domi H. Olympic Education / H. Domi, S. Bello, A. Kacurri // Pedagogical Magazine. – 2002. – № 2. – P. 27–67.



168. Dotsenko L. Olympic Academy of Ukraine: Structure, Methodology and Practical Results / L. Dotsenko // 7<sup>th</sup> Joint International Session for Presidents or Directors of National Olympic Academies and Officials of National Olympic Committees. – Ancient Olympia, 2004. – P. 481–484.

169. Fisher M. Children and exercise appropriate practices for grades K-6; these concepts from pediatric exercise physiology will help you address children's specific development needs / M. Fisher // *The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. – 2009. – № 1. – P. 24–28.

170. Hardman K. PE in Schools and PETE Programmes in the European Context / K. Hardman // *Book of Abstracts, 4<sup>th</sup> International Symposium Youth Sport, (Ljubljana, 14–16 November 2008)*. – P. 14–19.

171. Health of children and teenagers: social and pedagogical aspects self-keeping behavior of schoolboys of the Ural region and northern Kazakhstan / A. Fyodorov, K. Isergepov, I. Sivokhin [et al.] // *Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех : материалы XII Междунар. науч. конгр.* – М., 2008. – Т. 1. – С. 147–148.

172. Kirk D. Teaching games for understanding and situated learning: rethinking the Bunker-Thorp Model / D. Kirk, A. MacPhail // *Journal of Teaching in Physical Education*. – 2002. – № 21. – P. 177–192.

173. Krawański A. Interaktywne uczenie się i nauczanie w wychowaniu fizycznym i fizjoterapii. Tworzenie stosunku człowieka do ciała i zdrowia / A. Krawański. – Poznań : AWF, 2006. – 190 s. – (Seria Monografie ; nr 366).

174. Mouratidis Y. The «Athlos» in ancient Greece and its educational significance / Y. Mouratidis // *IOA Proceedings*. – 2005. – P. 475–482.

175. Naul R. Concepts of physical education in Europe / R. Naul // *Physical Education: deconstruction and reconstruction – issues and directions*. – 2003. – № 12. – P. 25–63.

176. Osiński W. Zarys teorii wychowania fizycznego / W. Osiński. – Poznań : AWF, 2002. – 74 s. – (Seria Podręczniki ; nr. 47).

177. Radchenko L. Olympic education in Ukraine / L. Radchenko // 7<sup>th</sup> Joint International Session for Presidents or Directors of National Olympic Academies and Officials of National Olympic Committees. – Ancient Olympia, 2005. – P. 264–270.

178. Rothe J. P. The voluntary use of physical education safety guidelines in schools: safety guidelines can reduce injuries and the risk of legal action. So why are they often unused? / J. P. Rothe // *The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. – 2009. – № 3. – P. 67–69.

179. Strel J. Physical and Motor Development, Sport Activities and Lifestyles of Slovenian Children and Youth – Changes in a Few Decades / J. Strel, M. Kovac, G. Jurak // *International Journal of Physical Education. A Review Publication*. – 2007. – № 4. – P. 105–110.

180. Teaching secondary education: Preparing adolescents to be active for life / C. Himberg, G. E. Hutchinson, J. M. Roussell [et al.]. – *Human Kinetics*, 2002. – 203 p.

181. Trudeau F. Physical Education, School Physical activity, School Sports and Academic Performance / F. Trudeau, R. J. Shephard // *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. – 2008. – № 5. – P. 10–24.

182. Tylor E. B. Primitive culture / E. B. Taylor. – N. Y., 1958. – 86 p.

183. United Kingdom Schools Health Education Unit Trends: Young People and Physical Activity Attitudes and Participation in Exercise and Sport 1987–2003. – London : SHEU Publications, 2004. – 178 p.

184. United States Census Bureau (2007). A Child's Day (based on numbers from the 2003 Time Use Survey) [Электронный ресурс] // Режим доступа до дж.:

<http://www.census.gov/prod/2007pubs/p70-109.pdf>.

185. United States Center for Disease Control (2008). Youth Risk Behavior Survey. General Physical Activities Defined by Level of Intensity. [Электронный ресурс] // Режим доступа до дж.:

[http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/pdf/PA\\_Intensity\\_table\\_2\\_1.pdf](http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/pdf/PA_Intensity_table_2_1.pdf).

186. United States National Federation of State Highschool Associations (2008). High School Athletics Participation Survey. [Электронный ресурс] // Режим доступа до дж.:

<http://www.nfhs.org/core/contentmanager/uploads/2007-08%20Participation%20Survey.pdf> 20

187. Woynarowska B. Szkoła promująca zdrowie. Doświadczenia dziesięciu lat. Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zdrowotnej / B. Woynarowska, M. Sokołowska. – Warszawa, 2000. – 289 s.

## Розділ 2

# МЕТОДОЛОГІЧНЕ І ПРОГРАМНО- НОРМАТИВНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НЕСПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ



### **Підходи науковців до вивчення і реалізації неспеціальної фізкультурної освіти**

Сучасна практика фізкультурної діяльності є досить розгалуженою, а фізкультурноосвітнє середовище, що постійно розвивається і вдосконалюється разом із науково-технічним прогресом, ставить нові вимоги і до фізкультурної освіти, рівень якої повинен відповідати потребам учнівської молоді. У спеціальній літературі існують різні підходи до розгляду неспеціальної фізкультурної освіти як специфічного явища, що має певні особливості. Під час аналізу цих підходів ми використали загальнонаукові принципи цілепокладання, історизму, полікультурності у фізичній культурі та освіті в цілому. Методологію аналізу запропонував В. О. Кукса [17] для вивчення фізреабілітаційної освіти, а ми модифікували її відповідно до специфіки об'єкта та предмета досліджень.

Систематизація і класифікація підходів подана на рис. 2.1, де вони розбиті на три групи: підходи, що стосуються мети і завдань неспеціальної фізкультурної освіти; підходи, що стосуються змісту неспеціальної фізкультурної освіти; підходи, що стосуються умов реалізації неспеціальної фізкультурної освіти.

Одним із найбільш типових підходів, що детермінує зміст неспеціальної фізкультурної освіти, є антропоцентричний (антропний, антропологічний). Під час його реалізації головним об'єктом процесу неспеціальної фізкультурної освіти постає людина, що є неперевершеною цінністю у природі земного буття [5; 29], на яку спрямовані педагогічні впливи і задля гармонійного розвитку якої використовується весь спектр

засобів неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді у нерозривному взаємозв'язку між ними (рис. 2.1).

Антропоцентричний підхід має глибокі філософські корені. Наприклад, загальновідома філософська течія – антропоцентризм, поширення якої було характерно для різних етапів розвитку наукової думки (античні часи, епоха Відродження) і пов'язано з уведенням поняття особистості як такої. Славнозвісне висловлювання Протагора (481–401 до н. е.), найвідомішого із філософів-софістів, а саме: «людина – міра усіх речей», може фактично означати ототожнення людини із найвищою цінністю земного буття.

Цей підхід передбачає комплекс процедур, що впливають на психосоматичне благополуччя учнів, урахує властивості цілісного розвитку людини у єдності тілесного й духовного компонентів. Антропологічні основи у фізкультурній освіті дозволяють виділити її специфічні особливості, які полягають в одночасному спрямуванні на рухову сферу людини й на соціально-духовні сторони її організації [50].



*Рис. 2.1. Наявні у літературі підходи до розгляду неспеціальної фізкультурної освіти*

Одним із найбільш сучасних вважається елективний (від англ. election – «вибір») підхід, що стосується змісту фізкультурної освіти і базується на якнайширшому використанні права вибору форм та засобів фізкультурної освіти як у режимі навчального дня, так і під час позанавчальної діяльності. Практичним проявом цього підходу є таке явище, як елективний урок, що широко практикується за кордоном у школах та вищих навчальних закладах, зокрема в межах програми олімпійської освіти «Пекін – 2008», яка передувала проведенню Ігор Олімпіади – 2008 і більш докладно відображена нами у наступних розділах [45; 51].

Такий підхід наявний і в деяких експериментальних розробках вітчизняних авторів, що пропонують право на вибір форм і засобів фізичного виховання для підлітків в урочних, позаурочних та позанавчальних формах проведення занять [13] та для студентів педагогічних навчальних закладів нефізкультурного спрямування у процесі реалізації самостійних занять з фізичного виховання [49].

На сучасному етапі розвитку фізкультурної освіти інноваційний підхід (від латин. in – «усередині»; novatio – «оновлення», «зміна»), на нашу думку, є одним із найбільш перспективних, виходячи з наявних перетворень, що відбуваються у більшості галузей життєдіяльності нашої країни на шляху до Європейського співтовариства. Одним із практичних проявів такого підходу в галузі освіти (для студентства) є перехід на кредитно-модульну систему оцінювання успішності (знань, умінь і навичок). Зазначений підхід ґрунтується на застосуванні передових нововведень, що перевірені практикою, а також авторських механізмів упровадження змісту ефективних фізкультурноосвітніх технологій, що досі не пройшли експериментальної перевірки, але гіпотетично можуть дати більш виражений позитивний ефект, що знайде вираз у вдосконаленні однієї зі складових неспеціальної фізкультурної освіти. Такий підхід повинен бути чітко теоретично та (або) експериментально обґрунтованим.

До групи підходів, що стосуються змісту неспеціальної фізкультурної освіти, слід також віднести синергетичний підхід, що виник з появою синергетики (у розумінні Г. Хаккена – наука про функціонування складних багаторівневих систем, що здатні до самоорганізації), метою якої є виявлення загальних ідей, методів, закономірностей самоорганізації у найрізноманітніших галузях соціології та природничих наук. З точки зору синергетики освітнє середовище, процес освіти в цілому і неспеціальна фізкультурна освіта зокрема мають здатність до самоорганізації і вдосконалення відповідно до сучасних потреб.

Синергетичне розуміння фізкультурної освіти передбачає можливість її коригування за рахунок лише внутрішніх резервів, педагогічних й організаційних факторів освітнього середовища як місця функціонування. При цьому окремі частини цілісного процесу освіти набувають власної автономності, підвищуючи рівень її цілісності й організованості [14; 47; 48].

З точки зору синергетики, неспеціальна фізкультурна освіта як складна система має низку можливих шляхів розвитку, а місцем (точкою), де система обирає свій майбутній шлях (який саме неможливо передбачити), є точка біфуркації, коли може відбуватися кількісне або якісне перетворення цієї системи. Цей підхід у його фізкультурноосвітній моделі ґрунтується на актуалізації засобів самостійного засвоєння знань, умінь і навичок та цінностей фізичної культури завдяки вольовим зусиллям самого учня. Цінність самоосвіти підвищується з віком, коли у молодій людини формується повноцінний світогляд, на основі якого формуються самосвідомість і самооцінка як здібності, що визначають уміння самокритично оцінювати результати тілесного і духовного розвитку через запровадження методів активного навчання (модульного і програмованого) [12].

Крім того, до цієї групи підходів ми відносимо формально-логічний, що у разі використання поняття про неспеціальну фізкультурну освіту локалізується на стику понять «культура», «виховання», «освіта» і методологічно межує з поняттями «спеціальна фізкультурна освіта», «спеціальна освіта», «фізкультурна освіта», «фізична культура» та «фізичне виховання».

Цілу низку підходів (ноосферний, аксіологічний, біосоціокультурний, методологічний, оздоровчий та ін.) ми віднесли відразу до двох груп (див. рис. 2.1), які стосуються мети і завдань, а також змісту неспеціальної фізкультурної освіти. Одним із найбільш поширених є аксіологічний підхід, представники якого [44] розглядають фізкультурну освіту як сукупність цінностей, а засвоєння цінностей фізичної культури, що передбачають гармонійний тілесний, інтелектуальний та духовний розвиток особистості, вважається одним із найбільш продуктивних шляхів подолання кризових явищ, що існують на сьогодні у галузі фізичної культури.

Л. І. Лубишева [21] у ціннісному потенціалі фізичної культури людини виділяє такі цінності, як: інтелектуальні (знання про методи та засоби розвитку фізичного потенціалу людини), рухові (найкращі зразки моторної діяльності, що досягаються у процесі фізичного виховання і спортивної підготовки), технологічні (комплекси методичних і практичних рекомендацій, методики оздоровчого і спортивного тренування, форми організації фізичної активності та її інфраструктурного забезпечення), інтенційні (сформованість громадської

думки, престижність фізичної культури у суспільстві) та мобілізаційні (здатність до раціональної організації часу). В інших джерелах стосовно фізичної культури серед цінностей виділяють цінності олімпізму [3] та цінності здорового способу життя [33].

Цей підхід до фізкультурної освіти прийнято також пов'язувати з механізмом оцінювання результатів даного процесу, наприклад, коли фізкультурна «освіченість» або «неосвіченість», а також ступінь освіченості визначається шляхом співвідношення того, що оцінюється, з тим, що обрано як еталон.

Біосоціокультурний підхід ґрунтується на невід'ємному розумінні неспеціальної фізкультурної освіти як триєдності біологічної, соціальної та культурної складових, у сполученні яких фахівці вбачають результативність процесу формування фізичної культури особистості. Зазначений підхід посів пріоритетне місце у практиці, поєднуючи фізкультурну освіту з процесом соціалізації, урахуванням біологічних властивостей людини як природної істоти, яка розвивається в культурному середовищі. Біосоціокультурний підхід до неспеціальної фізкультурної освіти означає поєднання тілесного [15; 16], соціального [10] і культурного [53] аспектів особистості в її цілісному бутті, що дозволяє досягти мети фізкультурної освіти.

Досить традиційним є методологічний підхід, що ґрунтується на методологічно правильному і послідовному вивченні всіх без винятку концепцій фізкультурної освіти, на основі яких формується освітня технологія для конкретно взятого випадку. Методологія фізкультурної освіти як учення про методи і послідовність її реалізації, дозволяє ефективно реалізовувати поставлені завдання стосовно школярів. Від того, наскільки методологічно правильно побудований процес формування життєво важливих рухових навичок (плавання, веслування, біг на лижах, їзда на велосипеді, гімнастичні рухи тощо), оволодіння специфічними знаннями, засвоєння цінностей фізичної культури, залежить результат цих процесів.

Методологічний підхід дозволяє більш чітко окреслити орієнтири, за якими «рухається» теоретичне знання і практична діяльність у галузі фізичної культури, він має чітку адресну спрямованість і дозволяє описати цілі, задля яких здійснюється діяльність.

Оздоровчий (валеологічний) підхід, як один із провідних передбачає забезпечення знаннями, вміннями та навичками щодо укріплення і підтримання оптимального стану здоров'я учнівської молоді у всіх його складових (фізичній, психічній, сексуальній). Парадигма оздоровлення стоїть у такому розумінні є за рангом вище за інформаційний, аксіологічний та інші

компоненти. Одним із перших цей підхід запропонував В. В. Приходько [32] через розробку напрямів непрофесійної фізкультурної освіти студентства, педагогічних технологій формування студентів технічних і гуманітарних спеціальностей як будівничих власного здоров'я.

Підхід ґрунтується на розгляді фізкультурної освіти крізь призму проблем самостійного підтримання здоров'я, засвоєння навичок оздоровлення з використанням природних засобів, визначення та реального практичного втілення оптимальних обсягів рухової активності в її різновидах (побутової, оздоровчої, рекреаційно-оздоровчого спорту) [8; 18; 36; 40]. Він передбачає створення педагогічного середовища, що забезпечить комфортне входження кожного школяра чи студента у світ здоров'я і сприятиме формуванню ціннісного ставлення до здоров'я, мотивації до збереження свого здоров'я і здоров'я оточуючих.

Іншим підходом, що стосується мети і завдань неспеціальної фізкультурної освіти ми вважаємо ноосферний (від поняття ноосфера (з грец. *noos* – «розум» і *sphaira* – «куля»), уведений у 1927 р. французькими вченими й розвинений В. І. Вернадським). Він базується на відокремленні ноосфери як специфічного простору – оболонки земної кулі, де відбувається взаємодія природи і людського суспільства, який формується в умовах складних взаємовідносин і взаємозв'язків природи й суспільства, дедалі більшого впливу людської діяльності на навколишнє середовище [9].

Прихильники такого підходу [22; 46] цільовим орієнтиром вважають цілісний, гармонійний розвиток кожного суб'єкта освіти, учня і вчителя. Для досягнення цієї мети запропоновано створювати такі умови, щоб молода людина у результаті освіти стала внутрішньо вільною особистістю, що шукає своє місце в суспільстві відповідно до своїх задатків, що формуються ціннісними орієнтаціями, інтересами і схильностями, з тим, щоб жити повним, осмисленим і творчим життям. Надзавданням ноосферної освіти є переорієнтація суспільства на творче осмислення еволюційної неминучості для людини освоєння та використання нових методів енергоінформаційної саморегуляції. Організація ноосферного виховного розвиваючого середовища – потужний стимул і механізм усвідомлення себе, своєї належності до певної культури, її прийняття. На нашу думку, за такого підходу провідним є використання природовідповідних технологій зміцнення здоров'я, практик фізичного й духовного виховання заходу і сходу.

Тезаурусний підхід (від грец. *thesauros* – «запас») базується на інформаційно-знаннєвій парадигмі, де понятійний апарат становить основу (формує базисні відносини) освітньої діяльності. Фізкультурний



тезаурус – складне утворення, що динамічно розвивається, відкрита система накопичення, збереження і подання інформації, знань, людського досвіду, що є інформаційно-знаннєвою, понятійною базою фізкультурної освіти, фізкультурної діяльності, фізичної культури особистості. У фізкультурній освіті тезаурус розглядається як спосіб орієнтації у навчально-виховному процесі з фізичної культури; як результат засвоєння ними освітнього матеріалу та інструмент проектування фізкультурноосвітнього середовища. Як системоутворюючий фактор фізкультурноосвітнього середовища виступає діяльність молодшої людини, спрямована на формування фізкультурного тезауруса [26; 27].

В історії розвитку поняття «тезаурус» виділяють напрями: словниково-змістовний, інформаційно-пошуковий та знаннєвий. З позицій діалектичного підходу, який обґрунтувала А. А. Нікітіна [26] та інші автори, тезаурус розуміється: на категоріальному рівні як картина світу; на конкретно-науковому рівні – як синтаксично детермінований, відкритий інформаційний базис певної наукової галузі, на рівні навчальної дисципліни як логічно замкнуте розмаїття відповідного наукового тезауруса, що спрямований на засвоєння студентом з метою успішного орієнтування у певній предметній галузі; на особистісному рівні – як засвоєний тезаурус навчальної дисципліни, що містить запас знань, умінь та досвіду, що активно використовуються.

Культурологічний підхід пов'язаний з поняттям «культура» та процесами залучення людини до культури, у тому числі фізичної, яку прийнято називати «інкультурація», «культурація» [37], «окультурювання». Саме культурологічна домінанта привела до переосмислення науковцями [35; 38; 39] усього термінологічного апарату фізичної культури. До утилітарного розуміння фізичної культури тепер додається її гуманітарна сутність – до блоку фізичних якостей і рухових здібностей додаються знання, потреби, мотиви, інтереси та світоглядні особливості, базуючись на яких повинні відбуватися біосоціальні зміни особистості на основі використання філософсько-культурологічного підходу до розгляду феномену фізичної культури. Виходячи з цього, у науковій літературі чітко наголошується на зміщенні акценту з рухового, біологічного на виховний та оздоровчий аспекти фізичної культури через засвоєння її ціннісного потенціалу, оптимізацію рухової активності [4; 18], ставиться питання не про фізичне виховання, «виховання фізичного у дитині», а про виховання дитини через фізичне, фізкультурне виховання та інтегральне поняття «неспеціальна фізкультурна освіта» [2; 10; 31].

На думку Ф. І. Собяніна, культурологічний підхід у неспеціальній фізкультурній освіті слід уявляти як сукупність теоретичної та практичної діяльності, яку можна розглядати у кілька етапів:

- 1) визначення актуальної проблеми у змісті фізкультурної освіти;
- 2) вибір компонентів для розробки культурологічної концепції;
- 3) обґрунтування, розробка культурологічної концепції;
- 4) розробка теоретичних інтерпретацій і педагогічних фізкультурних технологій, які базуються на положеннях культурологічної концепції;
- 5) експериментальна перевірка розроблених педагогічних технологій, підготовка і впровадження практичних рекомендацій [34].

Загальна схема побудови культурологічної концепції містить: методологічні основи, визначення поняття «культура», позиції розгляду культури, наукоємні класи явищ теорії культури і, зрештою, класи явищ фізкультурної освіти [34]. А позиції, з яких будуть розглядатися останні, можуть бути різноманітні (системна, антропологічна, аксіологічна, як у нашому дослідженні, діяльнісна та ін.). Крім того, культурологічний підхід дозволяє обґрунтувати зміст і структуру регіонального компонента неспеціальної фізкультурної освіти так, щоб, не впадаючи в етноцентризм і традиційне краєзнавство, допомогти учням осмислити сутність події в контексті вітчизняної та світової культур.

Практичними проявами культурологічного підходу до розробки проблем неспеціальної фізкультурної освіти є праці В. М. Видріна [6], А. В. Лотоненка [19], Л. І. Лубишевої [20; 21], Ю. М. Ніколаєва [28], В. А. Столярова [39].

Деякі підходи ми віднесли до таких, що стосуються умов реалізації неспеціальної фізкультурної освіти. Серед них віково-статевий, обов'язковою рисою якого є організація процесу фізкультурної освіти з урахуванням вікових та статевих особливостей школярів. Необхідність вікового аспекту диференціації більш яскраво виражена для шкільного віку і передбачає моніторинг не тільки паспортного, але й біологічного віку учнів, диференціацію змісту освіти залежно від одержаних результатів. Урахування статевих особливостей є актуальним на всіх етапах фізкультурної освіти (дошкільний, шкільний, студентський вік) і набуває більшого значення після завершення процесу статевого дозрівання учнів, актуалізується у студентському віці з набуттям молоддю психосексуального статусу.

Як правило, однією з провідних цілей будь-якого виду освіти (у тому числі неспеціальної фізкультурної) є підготовка суб'єкта освіти до певної

діяльності, результативність якої завжди залежить від конкретних зусиль, докладених ним самим і педагогічним колективом; чим раніше розпочинається підготовка до цієї діяльності, тим ефективнішою буде освіта. Прийнято виділяти три основні види людської діяльності: гру, навчання та працю. Кожен з видів визначається своїми мотивами, цілями та засобами. Відомо, що структура діяльності включає шість компонентів, і якщо відсутній хоча б один з них, це явище не можна назвати діяльністю [7].

Діяльнісний підхід, що тісно пов'язаний з особистісно зорієнтованим, вимагає спеціальних зусиль, спрямованих на відбір й організацію діяльності учня, перетворення його в суб'єкта пізнання, праці та спілкування, що, у свою чергу, передбачає вироблення вмінь планувати діяльність, організовувати і контролювати її результати. У фізкультурній освіті це підхід, у межах якого основою педагогічного процесу повинен бути поступовий перехід від «знаннєвої» парадигми до активної професійної діяльності як орієнтира для молоді людини. Це передбачає не тільки рольові ігри і соціально-психологічні тренінги, але й конкретну професійно-оздоровчу залученість [1; 5]. Основними поняттями діяльнісного підходу є: мета, суб'єкт, засоби, предмет діяльності.

З позицій такого підходу В. В. Приходько визначає «фізкультурну діяльність» як реальне, «спостерігаєме» місце, де фізична культура живе у вигляді реалізованих людиною норм, зразків та еталонів культури фізичної і де відбувається апробація нових норм у процесі створення нових же фізкультурно-оздоровчих і рекреаційних програм занять. Для залучення молоді людини до фізкультурної діяльності автор вважає за потрібне вивчення не причин, що перешкоджають залученню до таких самостійних занять, а умов, що сприяють їх розгортанню [32].

Квінтесенцією діяльнісного підходу у неспеціальній фізкультурній освіті є зарубіжні концепти людини: «молодий і активний» (від англ. «young and active») та «селф мейд мен» (від англ. self made man – «людина, що зробила саму себе»), які набули широкої популярності серед молоді у Європі та США. Згідно з першим концептом пропагується активна рухова діяльність, участь в організованих формах занять видами спорту. Згідно з другим – людина досягає в житті успіху завдяки розвитку вольових якостей та індивідуальній відповідальності. Ці риси характеру, у свою чергу, сприяють вихованню і стимуляції окремих особистісних властивостей (свідомості, пізнавальної діяльності, механізмів становлення особистості, розвитку моральних якостей) [54; 55].

На думку М. Я. Віленського та В. В. Черняєва [5], діяльнісний підхід стосується більшою мірою фізкультурної освіти студентства і максимально враховує у процесі навчання студентів умови їх майбутньої професійної діяльності, залучення студентів до різноманітних видів фізкультурно-спортивної і педагогічної активності протягом усього періоду навчання. Відповідно до цього підходу фізкультурна освіта є позабіологічним, суто соціальним процесом.

Індивідуальний (індивідуально-диференційований) підхід передбачає обов'язкове і максимальне відображення індивідуальних рис й особливостей суб'єктів навчально-виховного процесу, побудову занять та інших форм фізкультурної освіти на основі попереднього контролю психоемоційної, соматичної та фізичної сфер учнів. Реалізація фізкультурноосвітнього процесу з урахуванням особистісних здібностей, мотивів та інтересів, темпераменту і характеру дозволяє значною мірою впливати на якість засвоєння теоретичних знань, практичних навичок, розвиток психомоторної сфери. Відображенням підходу у теорії фізичного виховання є дослідження І. І. Сулейманова [41; 42]. Практичним проявом підходу є запровадження принципу індивідуалізації як одного з базових принципів фізичного виховання [43; 52].

Як найважливіші напрямки методики індивідуально-диференційованого підходу у неспеціальній фізкультурній освіті слід виділити:

1. Пріоритетність освітньої складової у змісті навчальних завдань, яка полягає у поглибленому засвоєнні учнями системи знань, умінь і навичок фізичного самовдосконалення й формування на цій основі мотиваційно-ціннісного ставлення до фізкультурної діяльності.

2. Різноманіття засобів і форм реалізації фізкультурної діяльності.

Особистісно зорієнтований підхід полягає у локалізації впливів засобами фізкультурної освіти на особистість молодшої людини для її гармонійного розвитку. За такого підходу прийнято розглядати учасників навчального процесу як рівноправних партнерів. Учні перетворюються з об'єкта навчання на суб'єкт творчості, яким не маніпулюють, а створюють умови для його повноцінного саморозвитку, самоповаги і відповідальності [25; 30].

Практичними проявами вищезгаданого підходу виступили різноманітні методики і технології особистісно зорієнтованої фізкультурної освіти [2; 10], що базуються передусім на рівності і гармонії державних (стандарти освіти) та особистісних компонентів освіти. При цьому особистісним визнається все те, що самовизначається людиною і гармоніює з її внутрішнім світом. Таким

чином, тут змістом освіти є певні види особистого досвіду і прояв особистісних функцій у вигляді вибору переваг, думок, певних цінностей, прояву самостійності.

Системний підхід є одним із фундаментальних у науці взагалі. З філософського погляду [31; 48], він є напрямом у спеціальній методології науки, завданням якого є розробка методів дослідження і конструювання складних щодо організації об'єктів і систем. Стосовно педагогіки та фізичної культури цей підхід спрямований на розкриття сутності цілісних педагогічних об'єктів, виявлення різноманітних типів зв'язків між ними.

Щодо неспеціальної фізкультурної освіти системний підхід відображається у її цілісному розгляді як складної системи з невід'ємними елементами, що доповнюють одне одного, та взаємозв'язками між ними. Такий підхід забезпечує єдність і взаємозв'язок навчальної, самоосвітньої і позанавчальної фізкультурно-спортивної діяльності, яка становить процес навчання і виховання.

В. І. Григор'єв [10], базуючись на застосуванні системного підходу, до структури неспеціальної фізкультурної освіти співпідпорядкованими відносить: фізичне виховання, фізичну рекреацію, рухову реабілітацію та спорт.

Наявність таких різноманітних підходів до розгляду неспеціальної фізкультурної освіти пояснюється передусім складністю самого об'єкта пізнання, що має велику кількість аспектів, які зафіксовано у різноманітних визначеннях її поняття, у тому числі тих, що використовуються для вирішення дослідницьких завдань.

Серед відображених підходів науковців до вивчення і реалізації неспеціальної фізкультурної освіти як загального підходу до її розгляду як явища ми використовуємо системний. Більш глибоко дозволяють нам визначити послідовність й особливості реалізації неспеціальної фізкультурної освіти аксіологічний та діяльнісний підходи, які формують спеціальну методологію процесу, що є об'єктом нашого дослідження.

## **Програмно-нормативне забезпечення неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді в навчальних закладах України**

Для визначення наступності змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді на базі навчальних закладів нами проаналізовано чинне програмно-нормативне забезпечення – програми, накази, положення, якими керується шкільна освіта для викладання фізичної

культури школярам та вищі навчальні заклади для викладання фізичного виховання студентам. Наступність у неспеціальній фізкультурній освіті нами розглядалася як педагогічна категорія, яка відображає встановлення необхідного зв'язку: 1) у структурі освіти – між рівнями і складовими неспеціальної фізкультурної освіти; 2) у змісті освіти – між її засобами та формами реалізації на різних етапах освітньої діяльності; 3) у процесі навчання – у виборі способів діяльності з оволодіння змістом. Наступність здійснюється на основі змісту, логіки й закономірностей процесу засвоєння знань, умінь і навичок, розвитку ціннісних орієнтацій.

Як одиниці аналізу програмно-нормативного забезпечення були визначені: рік затвердження, обсяг, форми і засоби, що використовуються, а також критерії якості оцінювання (табл. 2.1).

Згідно з чинним законодавством, навчальний процес з «Фізичної культури» у 5–9 класах шкіл (форми реалізації неспеціальної фізкультурної освіти на базі шкіл) реалізується за програмою «Фізична культура. 5–9 класи», що затверджена у 2009 році [24]. Для старшокласників з 2010 року діє «Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 10–11 класи», рекомендована МОН України (лист № 1/11-8297 від 31.08.10 р.) [23].

Таблиця 2.1

**Порівняльна характеристика чинних програмно-нормативних документів з дисциплін «Фізична культура» та «Фізичне виховання» для навчальних закладів України (середні, старші класи шкіл, вищі навчальні заклади III-IV рівнів акредитації)**

Школярі (8–9 класи)		Школярі (10–11 класи)	Студенти ВНЗ
Програма «Фізична культура. 5–9 класи» (2009)		Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (10–11 класи) (2010)	Базова програма з «Фізичного виховання» для ВНЗ III–IV рівнів акредитації
Структура	Інваріантна та варіативна частини		Інваріантна та варіативна частини
Обсяг	3 год на тиждень	2 год на тиждень	4 год на тиждень
Форми	Урочна, позаурочна, самостійні		I–II курс – лекції, практичні, семінарські та індивідуальні заняття; старшокласники – секційні заняття
Система оцінювання	12-бальна		100-бальна

Навчальний процес з фізичного виховання студентів України реалізується згідно з: базовою програмою з «Фізичного виховання» для ВНЗ III–IV рівнів акредитації (її методологічною основою є чинні державні документи, що регламентують «Фізичне виховання» як обов'язкову дисципліну), що розроблена на основі «Державних вимог до навчальних програм з фізичного виховання в системі освіти» [11]; Наказом МОН України № 642 від 09.07.09 р. «Про організацію вивчення гуманітарних дисциплін за вільним вибором студента»; Положенням про організацію фізичного виховання і масового спорту у ВНЗ (Наказ МОН України № 4 від 11.01.06), зареєстрованим Мін'юстом 10.03.06 р. за № 249/12123 (табл. 2.1).

Вищі навчальні заклади на підставі навчального плану та базової навчальної програми з фізичного виховання розробляють свої робочі навчальні програми з фізичного виховання відповідно до «Державних вимог до навчальних програм з фізичного виховання в системі освіти» [11], затверджених Наказом Міністерства освіти України № 188 від 25 травня 1998 р. «Про нормативні документи з фізичного виховання». Вищі навчальні заклади конкретизують і доповнюють зміст базової фізкультурної освіти, ураховуючи регіональні, етнокультурні, економічні, кліматичні та екологічні особливості, інтереси та зацікавлення студентів, специфіку матеріально-технічного забезпечення та вимоги стандартів вищої освіти до підготовки фахівців.

Мета програм для 5–9 та 10–11 класів є однаковою і відповідає загальній меті предмета «Фізична культура»: формування в учнів стійкої мотивації до збереження свого здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовки; гармонійний розвиток природних здібностей та психічних якостей; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.

Метою програми з фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів є формування фізичної культури студента як системної та інтегративної якості – невід'ємного компонента загальної культури майбутнього спеціаліста, здатного реалізувати її у навчальній, соціально-професійній діяльності та сім'ї.

Завдання програм для школярів також є спільними (навчальні, оздоровчі і виховні): формування загальних уявлень про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереження та зміцнення здоров'я, фізичний розвиток; розширення рухового досвіду, вдосконалення навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності; розширення функціональних можливостей організму дитини

через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей; формування ціннісних орієнтацій на використання фізичних вправ як одного з найголовніших чинників здорового способу життя; формування практичних навичок для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку.

Для школярів 8–9 класів фізична культура викладається в обсязі 3 години на тиждень, в обсязі 2 години цей предмет пропонується для учнів 10–11 класів шкіл (Наказ Міністерства освіти і науки України № 342 від 25.04.2001 р.). У вищих навчальних закладах рекомендується організовувати навчальні заняття з фізичного виховання в обсязі 4 години на тиждень, що загалом становить 140 годин на рік.

Обидві навчальні програми для школярів побудовані за кредитно-модульною системою й складаються з двох інваріантних, або обов'язкових модулів (теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка) і кількох варіативних модулів. У 10–11 класах учні мають опанувати 2–3 варіативні модулі. Змістове наповнення предмета «Фізична культура» навчальний заклад формує самостійно з варіативних модулів. При цьому обов'язковим є включення засобів теоретичної і загальнофізичної підготовки, передбачених програмою для певного класу, до кожного варіативного модуля. На їх опанування відводиться приблизно однакова кількість годин. Однак не виключається можливість мотивованого збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремих модулів [23; 24] (табл. 2.1).

У вищих навчальних закладах рекомендується організовувати навчальні заняття з фізичного виховання в обсязі 4 години на тиждень як позакредитну дисципліну. Для студентів I–II курсів фізичне виховання планують в аудиторне навантаження студентів, яке не може перевищувати 30 годин на тиждень.

Серед форм фізичного виховання школярів програмою передбачені традиційні (урочна, позаурочна, позашкільні, самостійні заняття). Для студентів I–II курсів фізичне виховання проводиться у формі лекцій, практичних, семінарських та індивідуальних занять, а для старшокурсників – у формі секційних занять (табл. 2.1). Інші види навчальних занять визначаються у порядку, встановленому кафедрою фізичного виховання вищого навчального закладу. Позанавчальні заняття з фізичного виховання організуються і проводяться у формі: занять у спортивних клубах, фізкультурно-оздоровчих центрах, секціях; самостійних занять фізичними вправами, спортом, туризмом; масових оздоровчих, фізкультурних і спортивних заходів.



Засоби фізичного виховання, що застосовуються для школярів та студентів, є спільними: фізичні вправи як основний засіб, гігієнічні фактори та сили природи. Добір конкретних засобів здійснюється, зважаючи на думки викладачів, з урахуванням фізкультурних і спортивних інтересів та індивідуальних особливостей студентів, рівня їх соматичного здоров'я, фізкультурної освіченості, фізичної підготовленості, наявності умов для занять. Забороняється використання засобів і методів, пов'язаних з не виправданим ризиком для життя і здоров'я студентів, а також тих, що не відповідають етичним вимогам, формують культ насильства і жорстокості [24].

Оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках з фізичної культури згідно з програмою проводиться за 12-бальною шкалою й може здійснюватися за такими видами діяльності: засвоєння техніки виконання фізичної вправи; виконання навчального нормативу (з урахуванням динаміки особистого результату); виконання навчальних завдань під час проведення уроку; засвоєння теоретико-методичних знань. При цьому оцінка за виконання контрольного нормативу не є домінуючою під час здійснення тематичного, семестрового чи річного оцінювання.

Засвоєння програми з фізичного виховання у вищому закладі освіти припускає систему контрольних заходів, що включає оперативний, поточний, підсумковий контроль і підсумкову атестацію. Головна мета цих заходів – оптимізувати процес фізичного виховання, домогтися його максимальної результативності. Оперативний контроль забезпечує інформацію про перебіг виконання студентами окремих видів навчальної роботи: ставлення студентів до запропонованої програми занять; засвоюваність програмного матеріалу; ступінь адекватності і прийнятності навчальних навантажень; вихідний рівень підготовленості студентів до оволодіння програмним матеріалом тощо.

Підсумковий контроль у ВНЗ III–IV рівнів акредитації включає семестровий контроль і заключну атестацію студентів за модульною системою у (100-бальній шкалі). Загальна концепція і методика заліку визначена в Положенні про заліки з фізичного виховання студентів (Наказ Міносвіти України № 188 від 25 травня 1998 р.).

Аналіз програмно-нормативних документів, що зумовлюють реалізацію фізкультурної освіти учнівської молоді у навчальних закладах (школи, ВНЗ), дозволив виявити наступність її обсягів, форм та засобів. В Україні створено умови, за яких діє чітко побудована система неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Згідно з програмами, якими керуються школи і вищі навчальні заклади, спостерігається:

– послідовність у постановці завдань освіти відповідно до вікових особливостей контингенту і професійно-прикладної спрямованості;

– нарощування обсягів навчальних навантажень від двох–трьох годин на тиждень у школярів до чотирьох годин у студентів;

– раціональна побудова варіативної складової неспеціальної фізкультурної освіти, відповідно до якої здійснюється послідовне опанування техніки видів спорту та рухової діяльності (гімнастики, спортивних ігор, плавання, легкої атлетики, аеробіки, туризму тощо) від 5–9 класів школи, 10–11 класів до вищого навчального закладу дозволяє молодим людям удосконалюватися у цих видах і застосовувати їх для професійно-прикладної фізичної підготовки, зважаючи на матеріальну базу і можливості навчального закладу;

– єдина структура (інваріантна й варіативна частини) та використання форм реалізації, що взаємно доповнюють одна одну (урочна, позаурочна, самостійні у школярів; лекції, практичні, семінарські та індивідуальні, секційні заняття у студентів);

– відмінності у діючій системі оцінювання навчальних досягнень у школах та ВНЗ (кредитно-модульна система зі 100-бальним оцінюванням у студентів і 12-бальна у школярів).

Підсумовуючи результати розділу, слід відзначити таке:

– аналіз підходів науковців до розгляду неспеціальної фізкультурної освіти характеризується парадигмою пріоритетності людини й особистості і дозволяє виділити такі, що покладені нами в основу розробки концептуальної моделі неспеціальної фізкультурної освіти молоді: системний, діяльнісний, філософсько-культурологічний та аксіологічний;

– наступність у реалізації неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді у навчальних закладах (школа–ВНЗ) знаходить прояв у: нарощуванні обсягів навчальних навантажень від двох–трьох годин на тиждень у школярів до чотирьох годин у студентів вищих навчальних закладів; раціональній побудові варіативної складової неспеціальної фізкультурної освіти на основі послідовного опанування техніки гімнастики, спортивних ігор, плавання, легкої атлетики, аеробіки, туризму від школи до вищого навчального закладу; використанні форм реалізації, що взаємно доповнюють одна одну (урочна, позаурочна, самостійні форми у школярів; лекції, практичні, семінарські, індивідуальні, секційні заняття у студентів).

Принциповою відмінністю в реалізації неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді у навчальних закладах (школа–ВНЗ) є різні системи

оцінювання. Для студентів ВНЗ програмою передбачене застосування кредитно-модульної системи зі 100-бальним оцінюванням, що забезпечує послідовність у вирішенні її загальних і специфічних завдань, а шкільна фізкультурна освіта керується 12-бальною системою.



1. Байчурина А. Ш. Физкультурное образование студентов : тексты лекций / А. Ш. Байчурина, С. А. Ярушин. – Челябинск : Челяб. гос. ун-т, 2007. – 67 с.

2. Барабашов С. В. Теоретико-методические основы лично ориентированной технологии физкультурного образования школьников : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Барабашов Сергей Викторович. – Омск, 2000. – 390 с.

3. Булатова М. М. Олімпійська освіта у системі навчально-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів України / М. М. Булатова, В. М. Єрмолова. – К. : Олімп. л-ра, 2007. – 44 с. – (Навчальне видання).

4. Булатова М. М. Программы по физическому воспитанию в системе среднего образования и пути их совершенствования / М. М. Булатова, А. Т. Литвин // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць. – Х. : ХДАДМ (ХХП), 2003. – № 19. – С. 57–70.

5. Виленский М. Я. Гуманитарные ориентиры физической культуры в подготовке специалистов / М. Я. Виленский, В. В. Черняев // Педагогическое образование и наука. – 2003. – № 3. – С. 15–19.

6. Выдрин В. М. Неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование / В. М. Выдрин // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 5–6. – С. 15–16.

7. Георгиадис К. Теоретические основы олимпийского образования / К. Георгиадис // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 13–16.

8. Гиголаева Т. В. Формирование у студентов педагогического вуза готовности к реализации здорового образа жизни : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика обучения и воспитания (социальное воспитание в общеобразовательной и высшей школе)» / Т. В. Гиголаева. – Кострома, 2006. – 23 с.

9. Гончаренко С. Український педагогічний словник / С. Гончаренко. – К. : Либідь, 1997. – 376 с.

10. Григорьев В. И. Социокультурная интеграция содержания неспециального физкультурного образования студентов вузов : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / В. И. Григорьев. – СПб., 2002. – 59 с.

11. Державні вимоги до навчальних програм з фізичного виховання в системі освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу до дж. :

<http://www.uazakon.com/document/spart71/inx71134.html>.

12. Загrevская А. И. Методология построения содержания физкультурного образования студентов специальной медицинской группы педагогического вуза / А. И. Загrevская // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 10. – С. 21–25.

13. Кібальник О. Я. Фітнес-технологія як засіб підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків 13–15 років / О. Я. Кібальник // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 3. – С. 78–81.
14. Киященко Н. И. Эстетика – философская наука / Н. И. Киященко. – М. : Вильямс, 2005. – 592 с.
15. Косяк В. А. Антропная телесность: от биофизического к биосоциокультурному / В. А. Косяк // Эпистемология человеческой телесности – Сумы : ИТД «Университетская книга», 2002. – Гл. 2. – С. 38–97.
16. Косяк В. А. ИмPLICITная базисность телесности / В. А. Косяк // Філософські науки : зб. наук. праць. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2008. – С. 156–163.
17. Кукса В. О. Професійна підготовка фахівців з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кукса Володимир Олександрович. – К., 2002. – 312 с.
18. Литвин А. Т. Исторические предпосылки и теоретико-методологические основы современной системы физического воспитания : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. физ. восп. : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / А. Т. Литвин. – К., 2008. – 22 с.
19. Лотоненко А. В. Физическая культура и ее виды в реальных потребностях студенческой молодежи / А. В. Лотоненко, Е. А. Стеблецов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 22–26.
20. Лубышева Л. И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 11–17.
21. Лубышева Л. И. Спортизация общеобразовательных школ России: новые векторы развития / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 1. – С. 63–65.
22. Маслова Н. В. Ноосферное образование : [монографія] / Н. В. Маслова. – М. : Ин-т холодинамики, 2002. – 338 с.
23. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 10–11 класи [Електронний ресурс]. – Режим доступу до дж. : [http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy\\_po\\_fizkulture/starshaja\\_shkola/programa\\_10\\_11\\_klasi\\_2010/11-1-0-42](http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy_po_fizkulture/starshaja_shkola/programa_10_11_klasi_2010/11-1-0-42).
24. Навчальна програма «Фізична культура. 5–9 класи» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до дж. : [http://www.mon.gov.ua/education/average/new\\_pr](http://www.mon.gov.ua/education/average/new_pr).
25. Неперервна професійна освіта : проблеми, пошуки, перспективи : [монографія] / [за ред. І. А. Зязюна]. – К. : Віпол, 2000. – 636 с.
26. Никитина А. А. Теоретические основы формирования физкультурного тезауруса у студентов : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» ; 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / А. А. Никитина. – Калининград, 2006. – 43 с.
27. Никитина А. А. Физкультурный тезаурус. Теоретические основы и процесс его формирования у студентов : [монографія] / А. А. Никитина. – Калининград : РГУ им. И. Канта, 2006. – 319 с.

28. Николаев Ю. М. Теория физической культуры: базовые концепции и основополагающий категориальный аппарат / Ю. М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 15–20.

29. Пилипей Л. П. Використання гуманістичного підходу при створенні умов для професійно-прикладної фізичної підготовки студентів / Л. П. Пилипей // Молода спортивна наука : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. Анотації, зміст та допоміжні індекси. Вип. 10 : у 5 т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2006. – Т. 1. – С. 299–304.

30. Подгорная О. Е. Проектирование здоровьесберегающего пространства общеобразовательной школы средствами личностно-ориентированного образования : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Подгорная Ольга Ефимовна. – Тирасполь, 2005. – 200 с.

31. Пономарев В. В. Педагогические технологии физкультурного образования школьников Крайнего Севера : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Пономарев Василий Викторович. – Тюмень, 2002. – 395 с.

32. Приходько В. В. Педагогические основы физкультурного образования студентов (опыт игрового проектирования и экспертизы) : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Приходько Владимир Васильевич. – М., 1991. – 416 с.

33. Русанова С. Н. Физическая культура в структуре представлений о здоровом образе жизни : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора соц. наук : спец. 22.00.06 «Социология культуры, духовной жизни» / С. Н. Русанова. – Саратов, 2006. – 40 с.

34. Собянин Ф. И. Профессиональная подготовка учителей физической культуры на основе культурологического подхода : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Ф. И. Собянин. – СПб, 2002. – 53 с.

35. Спорт и СпАрт в системе оздоровления, воспитания и организации досуга студентов : сб. / [сост. и ред. : В. И. Столяров, Е. В. Стопникова, И. А. Логинов] ; Гуманитар. центр «СпАрт» РГУФК. – М., 2003. – 193 с.

36. Старокожев П. В. Здоровьесберегающие технологии в условиях саморазвития индивидуальной физической культуры будущего специалиста : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / П. В. Старокожев. – Курск, 2006. – 20 с.

37. Степашко Л. А. Философия и история образования : учеб. пособие / Л. А. Степашко. – М. : Моск. психолого-социальный ин-т : Флинта, 1999. – 295 с.

38. Столяров В. И. Гуманистический подход к спортивному воспитанию и спортивной культуре: обобщающая концепция и ее применение к дошкольникам / В. И. Столяров, О. В. Козырева // Соревнование и спорт в системе гуманистического воспитания детей / Гуманитар. центр «СпАрт» РГАФК. – М., 2002. – Вып. 2. – С. 3–226.

39. Столяров В. И. Социология физической культуры и спорта (введение в проблематику и новая концепция) : науч.-метод. пособие [для ин-тов и акад. физ. культуры] / В. И. Столяров. – М. : Гуманит. центр «СпАрт» РГАФК, 2002. – 346 с.

40. Суворова Н. В. Послевузовская подготовка учителя к организации здоровьесберегающего обучения : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Н. В. Суворова. – Красноярск, 2006. – 20 с.

41. Сулейманов И. И. Система основных понятий теории физической культуры : учеб. пособие / И. И. Сулейманов. – Тюмень : Изд-во «Вектор Бук», 1999. – 16 с.
42. Сулейманов И. И. Общее физкультурное образование : учеб. для студ., обучающихся по спец. «Физическая культура и спорт» / И. И. Сулейманов, О. А. Аюшеева, Н. А. Коротаева. – Тюмень : Тюмен. гос. ун-т, Сибир. гос. акад. физ. культуры, 2000. – 125 с.
43. Теорія і методика фізичного виховання : навч. вид. – Т. 1 / [під ред. Т. Ю. Круцевич]. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – 391 с.
44. Ткачова Н. О. Історія розвитку цінностей в освіті : [монографія] / Н. О. Ткачова. – Х. : Вид. центр ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2004. – 223 с.
45. Томенко О. А. Особливості олімпійської освіти у КНР напередодні Олімпійських ігор у Пекіні / О. А. Томенко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 3. – С. 36–40.
46. Тюмасева З. И. Словарь-справочник современного общего образования: акмеологические, валеологические и экологические тайны / З. И. Тюмасева, Е. Н. Богданов, Н. П. Щербак. – СПб. : Питер, 2004. – 464 с.
47. Цикин В. А. Философия самоорганизации сложных систем / В. А. Цикин. – Сумы : СГПУ, 2001. – 196 с.
48. Цикін В. О. Синергетика та освіта: нові підходи : [монографія] / В. О. Цикін, О. В. Брижатиї. – Суми : СумДПУ, 2005. – 276 с.
49. Шаталова И. Е. Самостоятельная работа студентов в области физической культуры / И. Е. Шаталова, О. В. Резенькова // Материалы Междунар. науч.-практ. конф. [«Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»], (Минск, 8–10 апр. 2009 г.) : в 4 т. / [редкол. : М. Е. Кобринский (гл. ред.)]. – М-н : БГУФК, 2009. – Т. 3. – Ч. 2. – С. 303–305.
50. Шумакова Н. Ю. Гуманизация физкультурного образования в условиях современности / Н. Ю. Шумакова, М. В. Катренко // Материалы Междунар. науч.-практ. конф. [«Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»], (Минск, 8–10 апр. 2009 г.) : в 4 т. / [редкол. : М. Е. Кобринский (гл. ред.)]. – М-н : БГУФК, 2009. – Т. 3. – Ч. 1. – С. 95–98.
51. Beijing Olympic Action Plan [Електронний ресурс] . – Режим доступу до дж. : <http://www.en.beijing-008.org/76/29/column211612976.shtml>(20.03.2008).
52. Ermler K. Physical dimensoions: High School Physical Education Curriculum / K. Ermler, J. Mehrhof. – New York : Mirror Publishing Company, 2000. – P. 6–11.
53. Metzler M. W. Instructional Models for Physical Education / M. W. Metzler. – Minnear. : Prentice Hall, 1999. – P. 26–28.
54. Project Active [Електронний ресурс]. – Режим доступу до дж. : <http://www.projectactive.org/mission.html>.
55. Strel J. Physical and Motor Development, Sport Activities and Lifestyles of Slovenian Children and Youth – Changes in a Few Decades / J. Strel, M. Kovac, G. Jurak // International Journal of Physical Education. A Review Publication. – 2007. – № 4. – P. 105–110.

## Розділ 3

# МІЖНАРОДНА ПРАКТИКА НЕСПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ



### Організація здоров'язбережної освіти і рухової активності населення у високорозвинених країнах світу

У більшості країн світу Всесвітньою організацією охорони здоров'я проведено дослідницькі проекти під назвою «Global Burden of Disease» («Глобальний рівень захворюваності» – довільний переклад з англійської автора) [36] та «The MONICA» (Multinational MONItoring of trends and determinants in CARdiovascular disease) («Мультинаціональний моніторинг тенденцій і причин серцево-судинних захворювань») [57], результати яких вкотре підтвердили зв'язок недостатньої рухової активності з інвалідизацією, захворюваністю та смертністю. Доведено, що рухова активність, правильне харчування та обмеження тютюнопаління є найбільш дієвими факторами профілактики захворювань, особливо у країнах, що розвиваються.

Серед цих факторів популяризація рухової активності вигідно вирізняється відносно малим бюджетом коштів, необхідних для досягнення результату, тому ми можемо його відзначити як найбільш важливий у процесі покращання рівня здоров'я населення.

Розмаїття проектів і програм з підвищення рухової активності можна класифікувати так: від спрямованих на все населення до більш вузьких (локальних), спрямованих на підвищення резистентності окремих систем організму, розвиток окремих рухових якостей. Проте виникає питання: «Що таке програма з підвищення рухової активності?». Зарубіжні автори [58] наголошують на розрізненні поняття «програма з підвищення рухової активності» та «фізичний фітнес» і вправи. Програма з підвищення рухової (фізичної) активності – це насамперед залучення до зусиль і спроб змінити у позитивному сенсі сталі звички, що пов'язані з руховою діяльністю.

Центральним фізіологічним компонентом рухової (фізичної) активності є те, що вона містить певний рух, який забезпечується великою групою м'язів, або рух усього тіла. Інтенсивність, тривалість та частота є базовими характеристиками рухової активності. Серед інших – умови, в яких проводиться рухова активність, наприклад побутова (домашня) рухова активність, що містить роботу по господарству або на присадибній ділянці.

Вид та місце основної роботи або характер основної діяльності людини також може бути однією з умов, що детермінують її рухову активність, важливим є спосіб пересування на місці та до місця навчання (роботи). Зарубіжні дослідники рухову (фізична) активність трактують у кількох аспектах [49]: один з них асоціюється з терміном «вправа» і визначається як цілеспрямований рух, що стереотипно повторюється і має на меті підтримання і покращання рівня життєдіяльності організму (тобто близький за значенням до поняття «фітнес» у широкому розумінні); інший вбачається як будь-який цілеспрямований рух, спричинений дією скелетних м'язів, з витратами енергії більшими, ніж під час відпочинку, включаючи повсякденну (домашню) діяльність (прибирання, миття посуду, садівництво), дорогу до місця і з місця навчання, активне дозвілля (прогулянки, рухливі ігри).

Фахівці визначають «фізичний фітнес» як сукупність якостей, що людина має або досягає, які стосуються її здібностей до фізичної активності. За даними зарубіжних авторів [58], компонентами фітнесу вважаються: будова тіла, кардіореспіраторна (загальна) витривалість, гнучкість і м'язова сила та витривалість.

Окремі атрибути фітнесу стосуються морфологічних складових або м'язової сили і потужності, але поняття «фітнес» у контексті програмування рухової активності частіше пов'язане з «вузьким» його розумінням як кардіореспіраторний фітнес [39; 43].

Більшість рекомендацій щодо покращання здоров'я студентів основної медичної групи зарубіжних [39] і вітчизняних [8] авторів містять частоту занять близько 3–5 разів на тиждень по 20–30 хвилин з частотою серцевих скорочень 65–80% від максимуму, що прийнято називати аеробними вправами, які вважаються найкращим шляхом для поліпшення функціонального потенціалу серцево-судинної та дихальної систем. За кордоном такі рекомендації була надані через комюніке центрів контролю та запобігання захворюваності [26], а ефект від цих заходів був доведений низкою повторних епідеміологічних досліджень, особливо це стосувалося серцево-судинних захворювань, діабету та гіпертонічної хвороби.



Зарубіжні дослідники також дали рекомендації щодо рухової активності підлітків [52; 53; 55; 56], що передбачають щоденну активність у формі ігор, роботи по дому, пересування, активного відпочинку, занять з фізкультурної освіти у школі, плюс не менше ніж тричі на тиждень по 20 хвилин високоінтенсивної рухової активності (заняття масовим спортом). У Канаді рекомендації полягають у підвищенні рухової активності до 30 хвилин на день (20 – на середньому та 10 – на високому рівні), зменшенні на 30 хвилин на день пасивного проведення часу за телевізором, комп'ютером тощо [38]. Американський проект «Здорові люди – 2010» має на меті для школярів бути фізично активними не менше ніж 50% часу, відведеного на класну фізкультурну освіту. Аналогічні рекомендації для Австралії полягають у мінімум стохвилинній фізичній активності на тиждень протягом занять з фізкультурної освіти, а британський концепт «молодий і активний» передбачає не менше ніж 60 хвилин на день рухової активності на середньому рівні інтенсивності [21; 49].

У 80–90 роки минулого століття погіршення епідеміологічної картини у світі призвело до зміни рекомендацій для населення в контексті рухової активності, що базувалися на результатах масових клінічних і соціологічних обстежень протягом десятиріч. Ризики захворювань були меншими у фізично активних людей, на відміну від пасивних, млявих [27; 53].

На підставі аналізу матеріалів офіційних видань та сайтів [26; 31; 60] у табл. 3.1 ми запропонували порівняльну характеристику проектів та програм, що пов'язані з підвищенням рухової активності населення і здоров'язбереженням. Аналіз здійснювався за кількома ознаками програм: тривалість, цілі, контингент, засоби реалізації, організація та управління.

Найбільш масовим із проаналізованих є моніторинговий проект під патронатом уряду США «Behavioral Risk Factor Surveillance System» (BRFSS) («Система нагляду за поведінковими факторами ризику» – довільний переклад з англійської автора), що був започаткований у 1984 р. як наслідок підвищення рівня захворюваності і зменшення середньої тривалості життя жителів США.

Окремо слід відзначити «Project Active» («Проект Ектив») [47], де фактично розбито стереотип переваги занять у фітнес-клубах над самостійними або інтегрованими у повсякденну життєдіяльність формами рухової активності, після занять якими експериментально доведено більш стійкі зміни у свідомому зацікавленні людей руховою активністю, ніж після занять у фітнес-клубах або іншої спеціально організованої рухової активності.

Таблиця 3.1

## Порівняльна характеристика проектів, пов'язаних із підвищенням рухової активності і здоров'язбереженням

Проекти	FINBALT	MONICA	DE-Plan	BRFSS	CATCH	Project Active
<b>Тривалість</b>	1975 р. і досі	80-ті – початок 90-х	1.03.2005 р. (3 роки)	1984 р. і дотепер	1996 р. і досі	1998 р.
<b>Цілі</b>	Популяризація ЗСЖ, рухової активності, запобігання шкідливим звичкам	Дослідження тенденцій та факторів ризику ССЗ у світі	Запобігання захворюванню на діабет, популяризація ЗСЖ	Збір даних про фактори ризику захворюваності у США	Зміна шкільного середовища і харчування для зниження ризику ССЗ	Розробка інтегрованих у повсякденне життя форм організації РА
<b>Контингент (країни)</b>	Молодь і доросле населення Фінляндії та Прибалтики	Понад 10 млн осіб з 21 країни	Населення країн ЄС	Понад 11 млн жителів США (діти і дорослі)	3714 школярів шкіл (віком 12–14 років) чотирьох штатів США	235 волонтерів з Далласа (Техас, США)
<b>Засоби реалізації</b>	Питальники (до 100 питань) з обов'язковим та регіональним компонентом	Питальники, дослідження документів статзвітності	Оптимізація РА та харчування під час навчання, на роботі, вдома	Телефонне опитування за випадковою вибіркою (одна особа на помешкання)	Збільшення РА на уроках, інформація з приводу ЗСЖ, зміна звичок харчування, профілактика ожиріння	Впровадження інтегрованих форм РА: прогулянок, роботи на присадибній ділянці тощо
<b>Організація, управління</b>	Керівництво: управлінський комітет, координаційний центр, виконавчі ланки	ВООЗ через 32 центри у 21-й країні	Представники університетів 7 країн Європи та інших установ	Центри контролю і запобігання захворюваності у штатах	Трирічний експеримент (ЕГ – школярі 56 шкіл, що змінили трад. режим харчування, підвищили РА)	Експеримент (6 тижнів), що довів перевагу інтегрованих форм РА над спеціально організованими

Інший проект «Child and Adolescent Trial for Cardiovascular Health» (CATCH) передбачав самозвітність рухової активності у 3714 школярів 56 шкіл віком 12–14 років із 4 штатів США. У результаті визначено, що школярі у середньому мають 89,9 хвилин рухової активності середньої інтенсивності і 34,7 хвилин високої інтенсивності на день. 37% школярів мали менше ніж 60 хвилин на добу рухової активності середнього рівня інтенсивності, а 12% – менше ніж 30 хвилин. У хлопців зафіксовано вищі показники, ніж у дівчат, у представників європеїдної раси – вищі, ніж у негроїдної та латиномовної популяції, а загалом відзначено необхідність її підвищення у більшості контингенту [27; 28].

Досить цікавим є проект Всесвітньої організації охорони здоров'я з дослідження рухової активності поза межами школи [60], де внаслідок моніторингу фізичної активності 2185 осіб 9–15-річного віку на території 26 країн Європи (Данія, Португалія, Естонія, Норвегія та ін.) та Північної Америки відзначено вищу фізичну активність хлопців, ніж дівчат. У країнах Європи діють як дослідницькі, так і практичні (прикладні) проекти, основною складовою яких є заходи щодо підвищення рухової активності. Серед них: FINBALT Health Monitor («Моніторинг здоров'я ФІНБАЛТ») та «DE-Plan» («Diabetes in Europe – Prevention using Lifestyle» – «Діабет у Європі – запобігання через спосіб життя»). Започаткування цих проектів стало результатом піклування науковців про здоров'я і рухову активність населення, у тому числі молоді (табл. 3.1).

Для визначення ефекту національних програм можна використовувати глобальні повторні вимірювання рівня здоров'я населення з порівнянням кількох регіонів або з усередненими загальнонаціональними даними, як це було зроблено у регулярних дослідженнях «Системи нагляду за поведінковими факторами ризику» (США) [26] та аналогічних дослідженнях «ФІНБАЛТ» [37], що регулярно проводяться у Фінляндії та країнах Балтики з 1975 р.

Інший фактор, що зумовлює ефективність вищезгаданих проектів і програм, – чітко визначені цілі і завдання. Як правило, їх узагальненою метою є змінити, удосконалити, оптимізувати рухову активність як запоруку зміцнення здоров'я. Але можуть бути й більш локальні цілі, що переслідуються, наприклад фізіологічні зміни, пов'язані з покращанням працездатності, форм тіла, силових характеристик. Вони у підсумку повинні сприяти покращанню здоров'я, наприклад зменшенню ризику розвитку серцево-судинних та інших захворювань, якості життя або нормалізації ліпідного обміну і кров'яного тиску.

Важливим чинником ефективності програм з підвищення рухової активності є можливість їх результативного застосування на більш широкому контингенті, ніж у процесі проведення експериментальної перевірки, тобто на генеральній сукупності, як це було зроблено у «Проект Ектив». Високоефективною програмою з підвищення рухової активності може бути названа така, що діє однаково ефективно на різних контингентах і вибірках, тобто відповідає вимогам автентичності. Разом з тим існує різниця між достовірністю методів оцінки ефективності таких програм. Під час незначних за обсягом контингенту практичних досліджень застосування випадкової вибірки може дати вищу вірогідність ніж для лабораторних або клінічних дослідів.

Найчастіше як найефективніший засіб профілактики захворюваності називають рухову активність у вільний час або активну життєдіяльність. У результаті аналізу проектів та програм з підвищення рухової активності у США, Канаді та деяких інших країнах ми виділили ключові фактори, що зумовлюють ефективність їх реалізації. Перший з них – чітко визначена цільова аудиторія. Це може бути окремо взята людина, група людей або все населення регіону, країни, континенту. На сьогодні реалізовано цілу низку програм та проектів з підвищення рухової активності. Їх спектр варіюється від індивідуальних до загальнодержавних та міжнародних, а видовою ознакою є порівняно вузька спрямованість. У табл. 3.2 подано їх класифікацію.

Індивідуальні програми поділяються на програми для людей з ризиком хронічних захворювань, програми для практично здорових, що потребують персонального тренінгу, індивідуальні консультації і поради фахівців, індивідуально-дистанційні програми. Вищезгадані групи часто пов'язують із матеріальною базою та обладнанням, необхідним для проведення вправ (спорткомплекси, майданчики).

На груповому (колективному) рівні виділимо програми для хворих з певними захворюваннями і вадами (серцево-судинної і дихальної систем тощо), програми клінічного застосування у лікувальних закладах, програми у центрах здоров'я і фітнес-клубах, програми за місцем навчання, заходи у релігійних закладах, шкільні та позашкільні заходи, програми за місцем проживання, регіональні, внутрішньодержавні проекти.

За даними Департаменту здоров'я та проблем медицини США, наприкінці 90-х років минулого століття понад половина громадян цієї країни не дотримувалася рекомендацій стосовно щоденної півгодинної спеціально організованої рухової активності (інтенсивних занять у фітнес-клубах, спортивних секціях тощо) [53], що підвищує актуальність пошуку шляхів підвищення обсягів фізичної активності.

**Класифікація програм з підвищення рухової активності  
за ознаками цільової аудиторії**

<b>Індивідуально спрямовані</b>	<b>Орієнтовані на організації або групи людей</b>	<b>Макропроекти та програми</b>
Для контингенту з хронічними захворюваннями. Програми на зразок «персонального тренера». Цільове індивідуальне консультування. Дистанційні індивідуальні програми	Групові програми для хворих певної нозології. Програми клінічного застосування у лікувальних закладах. Програми у фітнес-клубах. Програми за місцем навчання (роботи), за місцем проживання (мікрорайон, місто). Шкільні та позашкільні заходи для учнівської молоді. Регіональні програми. Мережеві проекти	Потужні медіа-проекти. Заходи щодо зміни навколишнього середовища та громадської думки. Загальнонаціональні проекти. Міжнародні проекти

На макрорівні, тобто міждержавному (світовому), провідне місце посідають кампанії, що організовані засобами масової інформації. Важливими засобами підвищення рухової активності є заходи, спрямовані на зміну громадської думки з приводу здорового способу життя та рухової активності, і на підставі цього підвищення рухової активності населення. Крім того, вони можуть бути спрямовані на зміну навколишнього середовища шляхом його максимального пристосування до умов, необхідних для реалізації того, щоб люди були більш фізично активними та здоровими. Наступну групу становлять загальнонаціональні програми та проекти зі здоров'язбереження, де необхідно спиратися на усвідомлення важливості оптимальної рухової активності, розуміння наявних ресурсів та бази тощо.

Інший підхід до групування програм з підвищення рухової активності ми подали у вигляді їх класифікації за цільовою спрямованістю як програми для різних груп населення: для жінок, дітей та молоді, малозабезпечених сімей та ін.

Програми для жінок через порівняно з чоловіками невеликий обсяг рухової активності є досить популярними. Одна з таких програм запропонована R. Browson зі співавторами [45] і містить рекомендації щодо гендерної диференціації засобів для дівчат підліткового віку, виходячи з фізіологічних показників, зумовлених періодом статевого дозрівання.

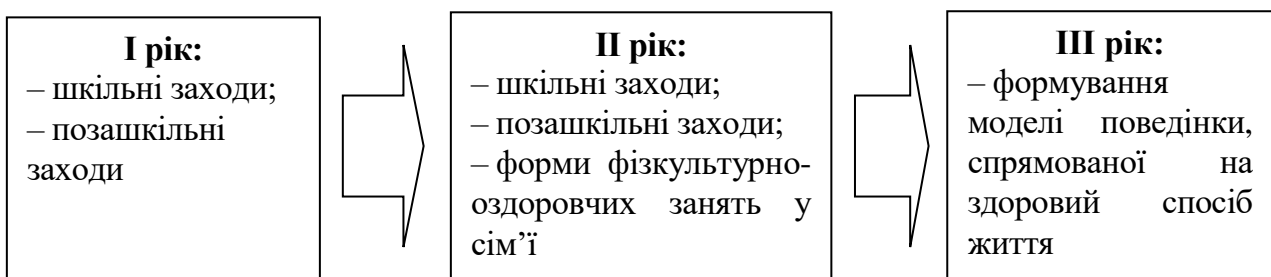
В основі програм лежить принцип подолання бар'єрів, що заважають жінкам мати належну рухову активність у вільний час (догляд за дітьми,

вулична злочинність, недостатність соціального схвалення). Для запобігання небезпеці злочинних нападів на вулицях автори пропонують організацію групових прогулянок, для соціального схвалення рухової активності жінок – медіа-заходи на місцевому рівні.

Для школярів та студентів із малозабезпечених верств населення пріоритетним фактором є можливість доступу до споруд та обладнання, необхідного для занять, що є бар'єром для них у рівному з іншими доступі. Тому запропоновані заходи [50] спрямовані на безкоштовний доступ малозабезпечених до місць занять (баскетбольні, футбольні, бейсбольні майданчики на відкритому повітрі), що пропонувалися у США та Великобританії. Такі заходи підтримувалися громадськими організаціями та органами місцевої влади, що робило їх вдало керованими.

Програми для дітей і юнаків є більш ефективними через те, що у ранньому віці формується свідома звичка до занять фізичними вправами й основи здорового способу життя. Хоча може сформуватися звичка і до пасивного способу життя. Такі заходи для школярів поділяють на шкільні і позашкільні, наприклад ходьба пішки до місць, де проводяться шкільні програми [46].

Одну з таких програм під назвою «Проба здоров'я серцево-судинної системи дітей та юнаків» [27; 46; 51] ми проаналізували в контексті структури, спрямованості засобів та ефективності. Алгоритм її реалізації відображено на схемі (рис. 3.1).

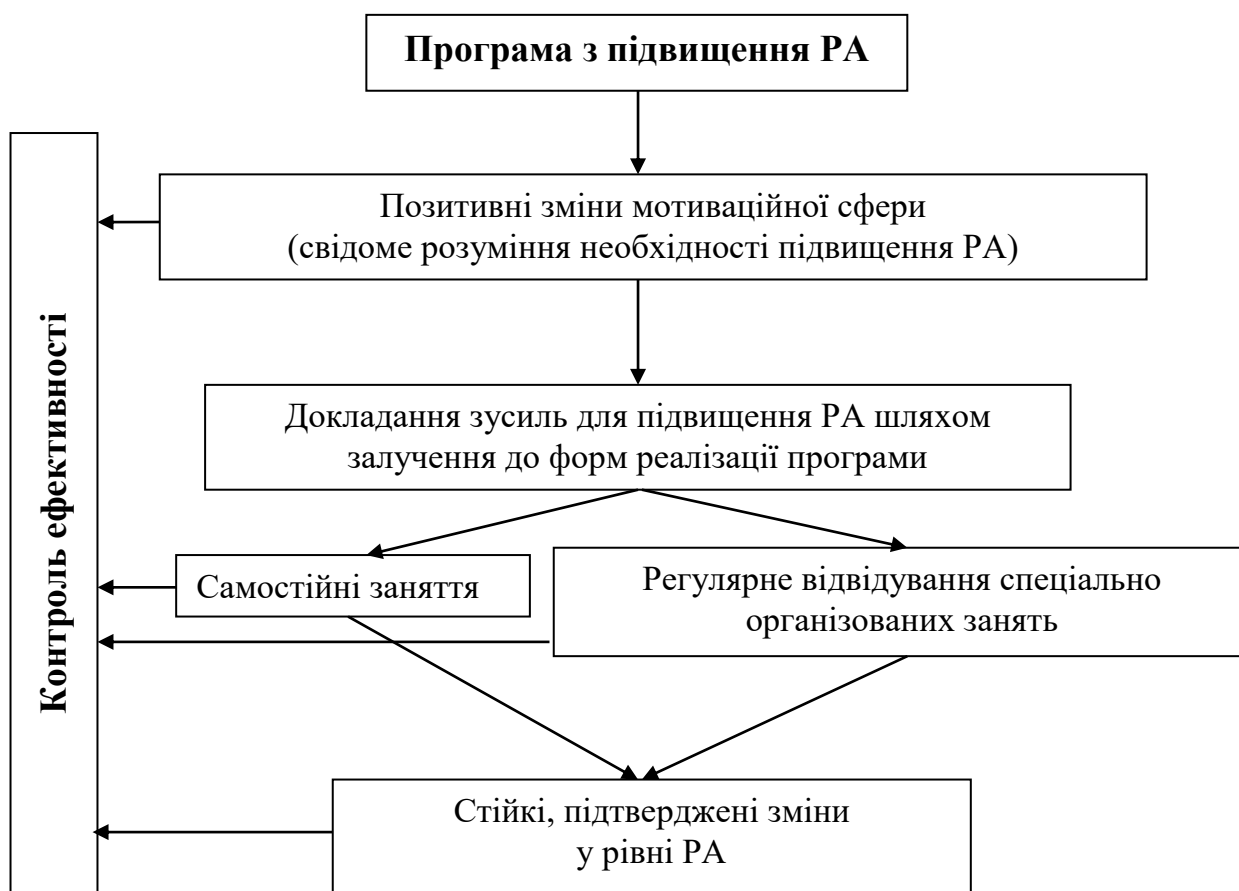


*Рис. 3.1. Алгоритм реалізації програми «Проба здоров'я серцево-судинної системи дітей та юнаків»*

Програма розрахована на три роки контрольованої реалізації і має кінцевою метою формування у дитини оптимальної моделі ЗСЖ, що полягатиме у реальному (не декларативному) дотриманні оптимальних норм рухової активності, свідомій потребі у рухах і свідомому ставленні до власного здоров'я (особливо серцево-судинної системи). Мета досягається за допомогою поступового розширення кола засобів з використанням впливу сім'ї.

Унаслідок узагальнення досвіду побудови програм оздоровчого спрямування у контексті їх цілей і завдань ми розробили схеми (рис. 3.2, 3.3), що відображають їх цільову спрямованість і типовий алгоритм оптимізації обсягу рухової активності під впливом відповідних програм.

Звичний режим рухової активності у результаті застосування програм, як правило, змінюється поступово і базується на свідомому розумінні необхідності її підвищення, застосуванні паралельно самостійних і спеціально організованих форм занять, що, зрештою, дає можливість досягти кінцевої мети (рис. 3.2).

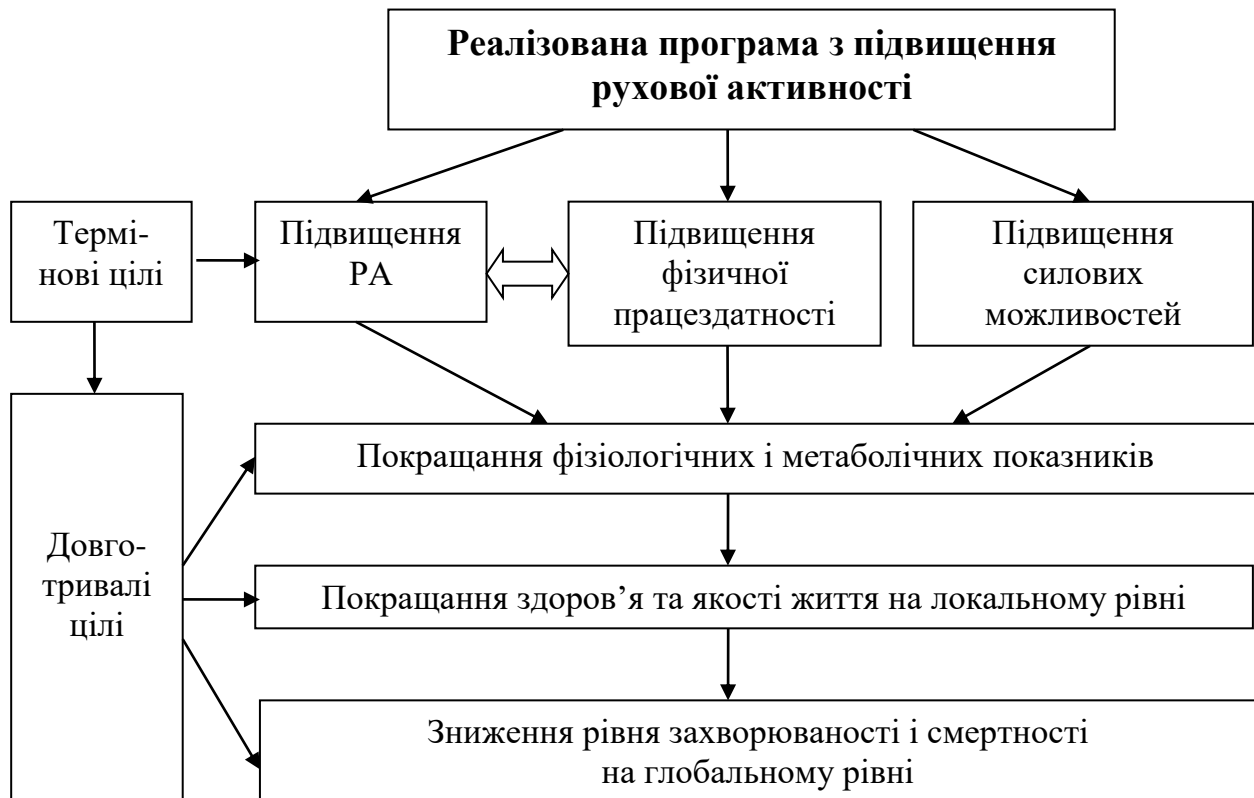


*Рис. 3.2. Алгоритм оптимізації обсягу рухової активності під впливом програм з її підвищення*

Так, до термінових цілей ми відносимо: підвищення рухової активності, підвищення працездатності та силових можливостей як результат підвищення рухової активності (рис. 3.3). Серед довготривалих виділяємо: покращання фізіологічних і метаболічних показників, покращання здоров'я та якості життя, зниження рівня захворюваності і смертності.

Після постановки цілей логічним є ставити питання про контроль ефективності таких програм, критерії, за якими можна точно констатувати, чи

буде ефективною для конкретного контингенту певна програма. Ключовими умовами, від яких залежить вибір стратегії реалізації програми з підвищення рухової активності, є: обсяг цільової аудиторії (конкретна людина, група людей, колектив класу, населення мікрорайону, країни чи популяція всієї земної кулі), бюджет програми, необхідний рівень підготовки персоналу та час, необхідний для її впровадження. Досягнення максимального ефекту можливе за умови комплексного і методично правильного поєднання умов реалізації, їх відповідності особливостям цільової аудиторії.

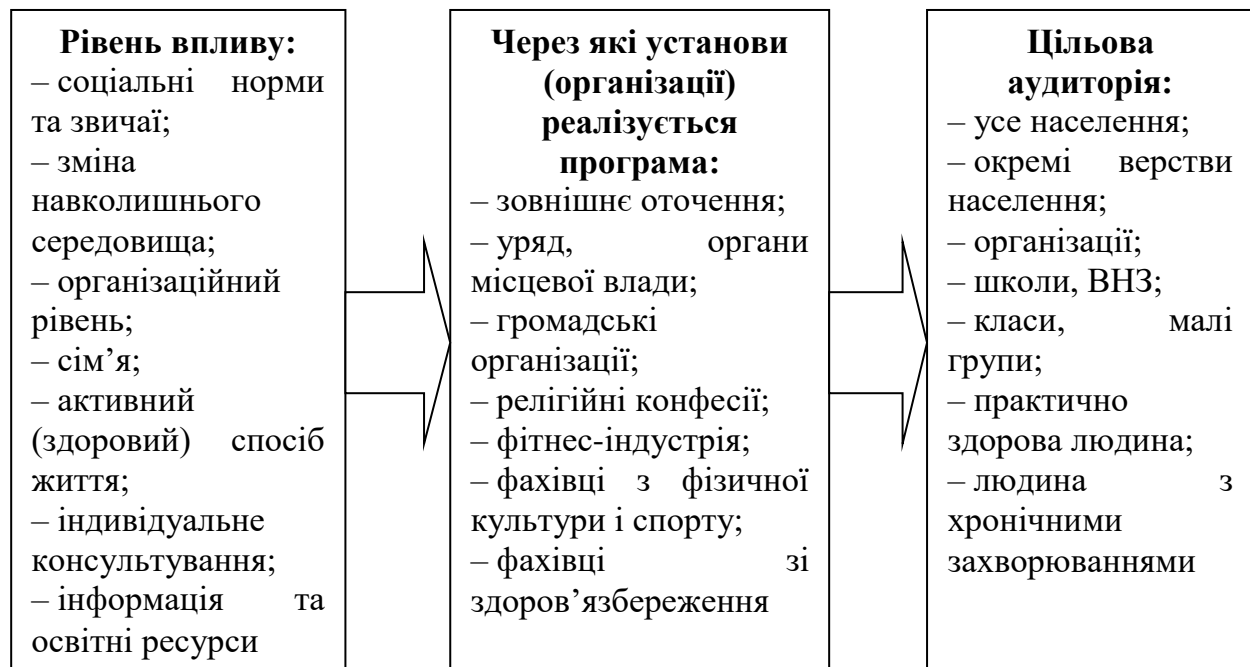


*Рис. 3.3. Термінові і довготривалі цілі реалізації програм з підвищення рухової активності*

Глобальна стратегія проведення таких програм як частини неспеціальної фізкультурної освіти відображена у вигляді моделі (рис. 3.4), спрямована на реалізацію ідей здоров'язбереження та запобігання захворюваності, побудована на основі Оттавської хартії здоров'язбереження та прикладної рухової активності. Модель має три рівні. Перший з них – це соціальний рівень впливу (від індивідуально спрямованих впливів до зміни соціальних норм або зовнішнього середовища взагалі). Ця категорія є відображенням того, наскільки «глибоко» покликана діяти програма і на які інституції вона має впливати, через модифікацію яких компонентів життєдіяльності суспільства здійснюється підвищення рухової активності.



Другою складовою моделі є виділення тих організацій та установ, що безпосередньо відповідатимуть за реалізацію програми. Як правило, це громадські організації, що мають на меті діяльність у напрямку фізичної культури і здоров'язбереження, фітнес-клуби, а на загальнодержавному рівні – уряд та органи місцевої влади.



*Рис. 3.4. Модель реалізації програм та проектів з підвищення рухової активності*

Разом з тим для реалізації програми з підвищення рухової активності необхідне врахування специфіки та обсягів цільової аудиторії, спектр якої відображений на рис. 3.4.

Узагальнивши сучасну практику фізкультурної освіти в контексті підвищення рухової активності жителів США, Канади та Європи, слід відзначити два її основні напрями. Перший з них – «спеціально організовані заняття фізичними вправами», що найчастіше містять тривалі аеробні навантаження – їзда на велосипеді, біг на тредмілі, швидка ходьба, плавання. Ознаками таких вправ є інтенсивність навантаження 50–85% від максимальної, частота занять – 3–4 рази на тиждень з проведенням у спеціальних умовах (спортзали, фітнес-клуби з обладнанням). Типова тривалість таких програм – 8–20 тижнів. Проте для окремих верств населення (малозабезпечені, домогосподарки, люди, що працюють на кількох роботах) така форма не підходить через неможливість регулярних відвідувань занять або їх вартість. Крім того, доведено [48; 49], що лише 2–3 заняття на тиждень не можуть компенсувати належний рівень рухової активності молодої людини.

Альтернативним першому є напрям, що передбачає підвищення рухової активності більш широко – під час домашньої праці та основної роботи, прогулянок, активного відпочинку тощо. Тобто вона не завжди реалізується в організованих формах, а зусилля тих, хто займається, сконцентровані на можливостях повсякденної рухової активності вдома, поруч із житлом або на роботі.

Канадські дослідники [33] таку концепцію назвали «активна життєдіяльність» і визначили як спосіб життя, за якого рухова активність набуває цінності й інтегрується у повсякденне життя.

Перший напрям контрастує з другим за рахунок саме керованого навантаження, кращої можливості дозування інтенсивності і тривалості, а також організації безпеки занять, але необхідне спеціальне обладнання, інструктаж, що відповідає цільовій аудиторії (наприклад для спецмедгруп, студентів з ослабленою серцево-судинною системою). За даними N. Boule [43], до спеціально організованої рухової активності залучені 80% загальної кількості населення, що займається за програмами підвищення рухової активності. Учасники спеціально організованих занять додатково використовують вправи, інтегровані у повсякденне життя (щоденні прогулянки тощо).

У цьому випадку більш ефективно використовується час, що дає змогу зекономити його на домашню роботу, навчання. Тобто фізична активність не є цілеспрямовано організованою, але інтегрована у повсякденну діяльність, вважається більш доступною, активно стимулює свідому потребу у рухах, зміні щоденного стилю життя.

Такі проекти розроблені M. Dunn [47]. У проекті «Project Active» доведено, що для населення з надлишковою вагою такі заняття мають статистично рівноцінний позитивний ефект, як і від спеціально організованих занять. Але його подальша експериментальна перевірка зафіксувала вищу ефективність «активного способу життя», що проявляється у тому, що після припинення спеціально організованих занять в експериментальній групі за 12 тижнів відбувалося зворотне збільшення ваги. Тоді як у групі з інтегрованими формами рухової активності такого факту не відзначено. Крім того, для «Project Active» доведено на 40% дешевшу собівартість витрат порівняно зі спеціально організованими заняттями.

Ключ до успіху такої концепції – навчити людей із сидячим, малорухомим способом життя самоконтролю, правильної постановки цілей, визначення шляхів подолання проблем, щоб підвищити свою рухову активність. Для одних це буде полягати у збільшенні побутової РА, для інших – у допомозі адаптувати більш традиційні форми (прогулянки, біг,

веслування, їзда на велосипеді). Експериментальними дослідженнями доведено, що завдяки таким заходам РА людини оптимізується, а ефект від них триває більше ніж два роки [47].

Засоби, які використовуються для реалізації концепції, можуть бути різноманітні, але більшість авторів рекомендують короткі (8–10 хвилин) навантаження від одного до шести на день протягом 6–7 днів на тиждень. Як навантаження найпопулярнішим є підняття по сходах.

На підставі аналізу програм з підвищення рухової активності можна виділити принципи їх реалізації як найбільш типові закономірності, що дозволяють ефективно запроваджувати їх у життя:

- принцип урахування психологічних властивостей особистості, наприклад, деякі люди люблять бути наодинці – для них запропоновано вправи, що виконуються індивідуально; тоді як для інших ефективним стимулом є РА у суспільному оточенні, спілкуючись із знайомими під час прогулянки;

- принцип пріоритету безпеки, що полягає у створенні таких умов для активного дозвілля, які дозволяють уникнути кримінальних нападів, зіткнень з дикими тваринами, погодних катаклізмів тощо;

- принцип суворого планування, який необхідний для людей, що мають високий рівень зайнятості і змушені використовувати найменшу можливість для занять фізичними вправами (підняття по сходах замість ліфта, 10–15-хвилинні прогулянки під час обідньої перерви);

- принцип зворотного зв'язку, що полягає у можливості консультацій з фахівцем (інструктор, консультант або досвідчений партнер по заняттю) з питань, що цікавлять, наприклад з послідовності і дозування навантажень (такі консультації особливо необхідні студентам і школярам спецмедгруп);

- принцип самоконтролю, що передбачає багато форм реалізації і найчастіше пов'язаний із заняттями на розвиненій системі пішохідних, бігових, веломаршрутів, щоб людина могла чітко дозувати навантаження, а також ведення календаря та щоденника самоконтролю, застосування електронних систем нагадування та контролю обсягу навантаження.

Необхідно зазначити, що ми не порівнювали комплексно спеціально організовані та інтегровані форми організації занять з підвищення рухової активності, а лише розглянули окремі переваги певної форми, виходячи з гіпотези про те, що вони є частиною заходів щодо підвищення рухової активності і покращання здоров'я населення за кордоном узагалі, які повинні реалізовуватися у комплексі.

# Шляхи інтеграції міжнародного досвіду олімпійської освіти у процесі неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді

## Особливості освітньої діяльності міжнародних організацій з олімпійської освіти

Неспеціальна фізкультурна освіта молоді, що навчається, на нашу думку, має спиратися на універсальні гуманістичні цінності, що пропагуються олімпійським рухом й організаціями, які розповсюджують цінності олімпізму через освіту. За даними літературних джерел [6; 17–19], організаціями, що здійснюють освітню діяльність у цьому напрямку, є Міжнародна олімпійська академія (МОА), олімпійські академії різних країн світу, міжнародні федерації з видів спорту, Асоціація учасників Міжнародної олімпійської академії та ін.

В основі діяльності Міжнародної олімпійської академії, що найбільш цілеспрямовано й активно здійснює заходи щодо олімпійської освіти, лежить реалізація таких освітніх програм, головною темою яких є олімпізм [2]:

- Міжнародної сесії для молодих учасників;
- Міжнародного семінару післядипломної олімпійської освіти;
- об'єднаної Міжнародної сесії президентів національних олімпійських академій, членів і представників національних олімпійських комітетів і міжнародних федерацій;
- об'єднаної Міжнародної сесії педагогів і представників вищих навчальних закладів й інших інститутів фізичного виховання;
- спеціальних сесій для представників товариств й організацій, діяльність яких пов'язана з олімпійським рухом: національні олімпійські комітети, національні олімпійські академії, міжнародні спортивні федерації, товариства спортивної медицини, асоціації тренерів, суддів і спортивних керівників;
- спеціальних сесій для інститутів, які непрямо стосуються олімпізму, проте спрямовані на поширення олімпійських ідей;
- освітніх програм для навчальних закладів різного рівня (університетів, коледжів, шкіл, спортивних клубів);
- візитів фахівців, дослідження яких присвячені розвитку олімпійського руху;
- конференцій зі спортивної науки.

Діяльність МОА контролюється Національним олімпійським комітетом Греції й Міжнародним олімпійським комітетом (МОК). Для

взаємозв'язку і взаємодії МОА з МОК, Олімпійською солідарністю й олімпійським рухом узагалі у 1967 р. була створена спеціальна комісія, що дістала назву «комісія МОК з Міжнародної олімпійської академії й олімпійської освіти». Члени комісії обираються Генеральною асамблеєю МОК. З 1980 р. до її складу входять: по одному представнику від національних олімпійських комітетів, від міжнародних спортивних федерацій і від комісії МОК. Сесії МОА проходять під головуванням президента й декана академії на території Стародавньої Олімпії. Міжнародна олімпійська академія проводить активну роботу зі створення національних олімпійських академій у країнах-членах МОК і налагодження тісних зв'язків з цими академіями. Тепер діє вже близько 136 національних академій. МОА координує діяльність національних олімпійських академій (НОА) за допомогою реалізації національних програм олімпійської освіти. Олімпійські програми спрямовані на стимулювання молоді до вивчення іноземних мов і культурних традицій, а також на залучення громадськості до проблем екології, здоров'я й освіти [2; 5].

Шляхом аналізу документальних матеріалів ми досліджували хронологію зародження та особливості розвитку освітніх сесій і програм МОА.

Як видно з табл. 3.3, у 1961 р. МОА заснувала Міжнародну сесію для молодих учасників. Сесія, як правило, проводиться у червні – липні один раз на рік і триває два тижні як уведення в олімпізм та олімпійський рух переважно для студентів, спортсменів, людей, зацікавлених у спорті, освіті, активістів НОА і НОКів у віці 20–35 років.

Метою сесії є навчання, але не менш важливим вважається мотивування молоді до використання досвіду й знань, отриманих на сесії, для популяризації ідеалів олімпізму у своїх країнах.

Таблиця 3.3

### Порівняльна характеристика освітніх програм і сесій, проведених МОА

Програма / сесія	Рік засн.	Мета	Учасники
Міжнародна сесія для молодих учасників	1961	Мотивувати молодь до використання досвіду, отриманого на сесії, для популяризації ідеалів олімпізму у своїх країнах	Молодь, активісти НОА і НОКів віком 20–35 років
Міжнародний семінар післядипломної олімпійської освіти	1992	Поглиблення знань учасників з усіх аспектів олімпійського руху	Аспіранти, що досліджують теми з олімпізму
Сесія для президентів НОА	1986–1990	Консолідація дій керівників НОА з пропагування олімпізму	Президенти НОА різних країн світу

Сесія для членів НОКів і спортивних федерацій	1978–1991	Консолідація дій представників НОКів і міжнародних спортивних федерацій з пропагування олімпійського руху	Члени НОКів і міжнародних спортивних федерацій
Міжнародна сесія для президентів НОА, членів НОКів і міжнародних федерацій з олімпійських видів спорту	1992	Консолідація вищих керівників, організацій, зацікавлених у створенні програм олімпійської освіти, які пропагують олімпійський рух	По два представники від НОА і спортивних федерацій, по одному від НОКів
Сесія для педагогів і працівників ВНЗ з фізичного виховання	1973	Поширення й популяризація ідей олімпізму у ВНЗ	Працівники ВНЗ з фізичного виховання
Міжнародна сесія для керівників ВНЗ з фізичного виховання	1986–1990	Поширення й популяризація ідей олімпізму у ВНЗ	Керівники ВНЗ з фізичного виховання
Сесія для спортивних журналістів	1986	Надати можливість журналістам різних країн обговорити роль засобів масової інформації у спорті, проблеми олімпійського руху й освіти	Представники національних академій, спортивні журналісти (по одному від країни)

Звичайно спеціальна тематика сесій змінюється рік у рік залежно від пропозицій професорів і лекторів, які запрошуються до академії. У програмі сесії – лекції, питання учасників до лекторів, групові дискусії, презентації учасників, походи в музеї й місця археологічних розкопок, дослідження в бібліотеках, спортивні ігри, літературні, художні й танцювальні конкурси. Учасниками пізнають ідеї олімпізму не через традиційне одноманітне навчання, а шляхом динамічного культурного спілкування з іншими учасниками, лекторами, координаторами сесії, вільний обмін думками.

Аналіз документальних матеріалів засвідчив, що для забезпечення максимального ефекту сесій для молодих учасників організатори розробили критерії відбору учасників. Серед них: вільне володіння англійською, французькою або грецькою мовами; підтвердження інтересу до вивчення олімпійської тематики. Кількість учасників від країни не обмежена, але Олімпійська солідарність бере на себе всі видатки, а також 50% вартості перельоту тільки одному учасникові й жінці-учасниці від НОК країни. Учасникам також пропонується подати короткі повідомлення про свій олімпійський досвід, кращі з яких презентуються учасникам сесії.

Міжнародний семінар післядипломної олімпійської освіти проводиться з 1992 р. щорічно у травні або липні для поглиблення знань студентів й аспірантів з усіх аспектів олімпійського руху (табл. 3.3). У ньому можуть брати участь аспіранти й студенти післядипломної освіти, що досліджують теми, які стосуються спорту й олімпізму, і мають відмінний рівень володіння англійською мовою. Аспіранти можуть реєструватися безпосередньо в МОА як індивідуальні учасники або як представники університетів, які співпрацюють з МОА, а також як представники національних олімпійських академій своїх країн.

Програма семінару стандартно складається з лекцій і групових дискусій зі спеціальних напрямів. З моменту його впровадження найбільш поширеними були такі: історія античних олімпіад; відродження олімпійських ігор; олімпійський рух; соціологічні аспекти олімпізму; філософські аспекти олімпізму; олімпійська освіта; міжнародні відносини; бізнес і спортивний маркетинг; засоби масової інформації й комунікацій.

У тематиці історії античних олімпіад вивчається цивілізація Стародавньої Греції, умови зародження, розвитку й зниження популярності Олімпійських ігор у Греції, Римі та Візантії. У наступному розділі, присвяченому відродженню Олімпійських ігор, вивчаються історичні й соціальні умови, які призвели до цього, зусилля П'єра де Кубертена, Евангелоса Заппаса, а також особливості підготовки перших Олімпійських ігор сучасності в Афінах.

На заняттях, присвячених олімпійському руху, учасники поглиблюють свої знання, вивчаючи ідеї П'єра де Кубертена і його праці, структуру й діяльність МОК, особливості розвитку Олімпійських і Паралімпійських ігор, а також організацію руху «Спорт для всіх».

Наступний розділ – соціологічні аспекти олімпізму. Він присвячений вивченню соціальних теорій, що стосуються розвитку олімпізму, його ідеалів і їх практичної реалізації, зміни соціальних норм, цінностей суспільства, проблемної ролі спортсмена в суспільстві, питань насильства й агресії, расизму й націоналізму у спорті, відносин з релігією та ін.

Філософський напрям містить розгляд етичних цінностей, філософських аспектів спорту й олімпізму у широкому діапазоні, обговорюються проблеми перемоги й участі у змаганнях, матеріального й духовного, тілесного й розумового, прогресу й гармонії у спорті. Конкретизуються також такі поняття, як справедливість і рівність, законність і «фейр плей».

Останнім часом олімпійській освіті на сесії приділяється особлива увага. Тут олімпізм і його принципи розглядають з педагогічної точки зору з метою гармонійного розвитку людини, самовдосконалення, поліпшення навколишнього світу. Глобальний, мультикультурний характер олімпізму розкривається крізь призму вивчення й реалізації програм олімпійської освіти. На семінарі також досліджується історія розвитку олімпійської освіти й МОА як освітнього центру.

Тематика міжнародних відносин стосується конструювання й удосконалення відносин між країнами на офіційному та неофіційному рівнях, політичних аспектів, що впливають на розвиток олімпійського руху, діяльності державних і недержавних організацій, пов'язаних з МОК і федераціями з видів спорту. Крім того, дотепер актуальною є проблема олімпійського перемир'я, міжнародної толерантності й розуміння.

Напрямок бізнесу й спортивного маркетингу, як правило, стосується вивчення особливостей спонсорства, промоутерства, контрактів, управлінських й організаційних аспектів олімпійського і спортивного руху.

З кожним роком посилюється роль мас-медіа в олімпійському русі. Передусім у зв'язку зі збільшенням аудиторії, охопленої засобами масової інформації. Аспірантами поглиблено вивчаються тенденції й технології висвітлення спортивних подій та олімпійського руху у ЗМІ, кіноіндустрії, Інтернет-комунікаціях.

За час існування семінару було розглянуто низку спеціальних проблем, які є актуальними, але не ввійшли до основної програми, зокрема: технології фізичного виховання, питання здоров'я й допінгу, психології, антропології та ін. Усі учасники Міжнародного семінару післядипломної олімпійської освіти готують і подають незалежну доповідь з тематики власних досліджень у сфері олімпійської освіти, де ілюструють свої знання й дослідницький досвід.

Об'єднана міжнародна сесія для президентів національних олімпійських академій, членів і представників національних олімпійських комітетів і міжнародних федерацій створена з метою консолідації вищих керівників організацій, зацікавлених у створенні програм олімпійської освіти, що займаються пропагуванням олімпійського руху. Сесія є форумом для обміну думками й освітніми програмами, презентації успіхів НОА, НОК і спортивних федерацій різних країн.

Брати участь у сесії можуть по два представники від НОА різних країн, по одному представнику від НОК і по два представники від міжнародних спортивних федерацій з олімпійських видів спорту. Учасники, як і в



попередніх сесіях, готують доповіді за затвердженою тематикою й представляють їх. З 1986 по 1991 роки проводилися сесії окремо для президентів НОА, членів і представників національних олімпійських комітетів і міжнародних федерацій, а з 1992 року вони були об'єднані з метою створення більш масового форуму й поглиблення контактів між організаціями, залученими до олімпійської освіти (див. табл. 3.3).

Цікаві й примітні теми сесій. Так, на сесії для президентів (1986–1990) розглянуто такі питання: внесок олімпійської освіти в загальну освіту; відносин між МОК, НОК і МОА; роль і діяльність НОА; координація діяльності НОА, МОА й НОК; можливості й шляхи залучення колишніх учасників сесій МОА до діяльності НОА.

З 1978 по 1991 роки на сесіях для членів і представників національних олімпійських комітетів і міжнародних федерацій розглядалися приблизно ті самі напрями, але з урахуванням контингенту учасників: роль НОКів у пропаганді олімпійського руху; олімпізм, насильство й «фейр плей»; олімпізм та існуюча реальність; олімпійська освіта; олімпійська освіта через НОКи й міжнародні спортивні федерації тощо.

Сесія, що об'єднує дві попередні з 1992 р. (див. табл. 3.3), проходила за уніфікованими темами: розкриття найбільш ефективних шляхів співробітництва НОК, НОА і федерацій з видів спорту для пропаганди олімпійської освіти, програми олімпійської освіти й шляхи навчання олімпійських ідей серед молоді; структура й зміст освітньої програми з урахуванням особливостей основних культурних зон світу; діяльність МОА як центру міжнародних освітніх систем; можливості безперервної олімпійської освіти; популяризація олімпійських ідеалів крізь призму Олімпійських ігор у Сіднеї; шляхи підвищення ефективності олімпійської освіти; використання масових комунікацій з метою поширення ідей олімпізму.

Об'єднана міжнародна сесія для педагогів і представників вищих навчальних закладів й інших інститутів з фізичного виховання проводиться в такому вигляді з 1993 р. з метою поширення й популяризації ідей олімпізму у вищих навчальних закладах (табл. 3.3). До цього МОА проводили окремі сесії для педагогів і працівників ВНЗ з фізичного виховання (1973–1990), а також міжнародну сесію для ректорів і керівників ВНЗ з фізичного виховання (1986–1990). На цих сесіях були розглянуті проблеми, пов'язані з олімпізмом й олімпійською освітою: внесок олімпійської освіти в олімпійський рух; олімпізм й освіта; методи викладання олімпійської ідеї у навчальних планах ВНЗ з фізичного виховання; введення в олімпізм як основний предмет навчальних

планів ВНЗ з фізичного виховання; методологія освіти й олімпізму як основний предмет навчальних планів ВНЗ з фізичного виховання тощо.

Широту охоплення контингенту, зацікавленого у спорті й олімпізмі, ілюструє досвід проведення Міжнародної сесії для спортивних журналістів, учасниками якої можуть стати по одному представнику від фізкультурних ВНЗ і НОА й по два представники від НОК. Кандидати перед сесією посилають у МОА короткі доповіді з теми сесії, потім керівництво відбирає найбільш вдалі з них для презентації під час сесії.

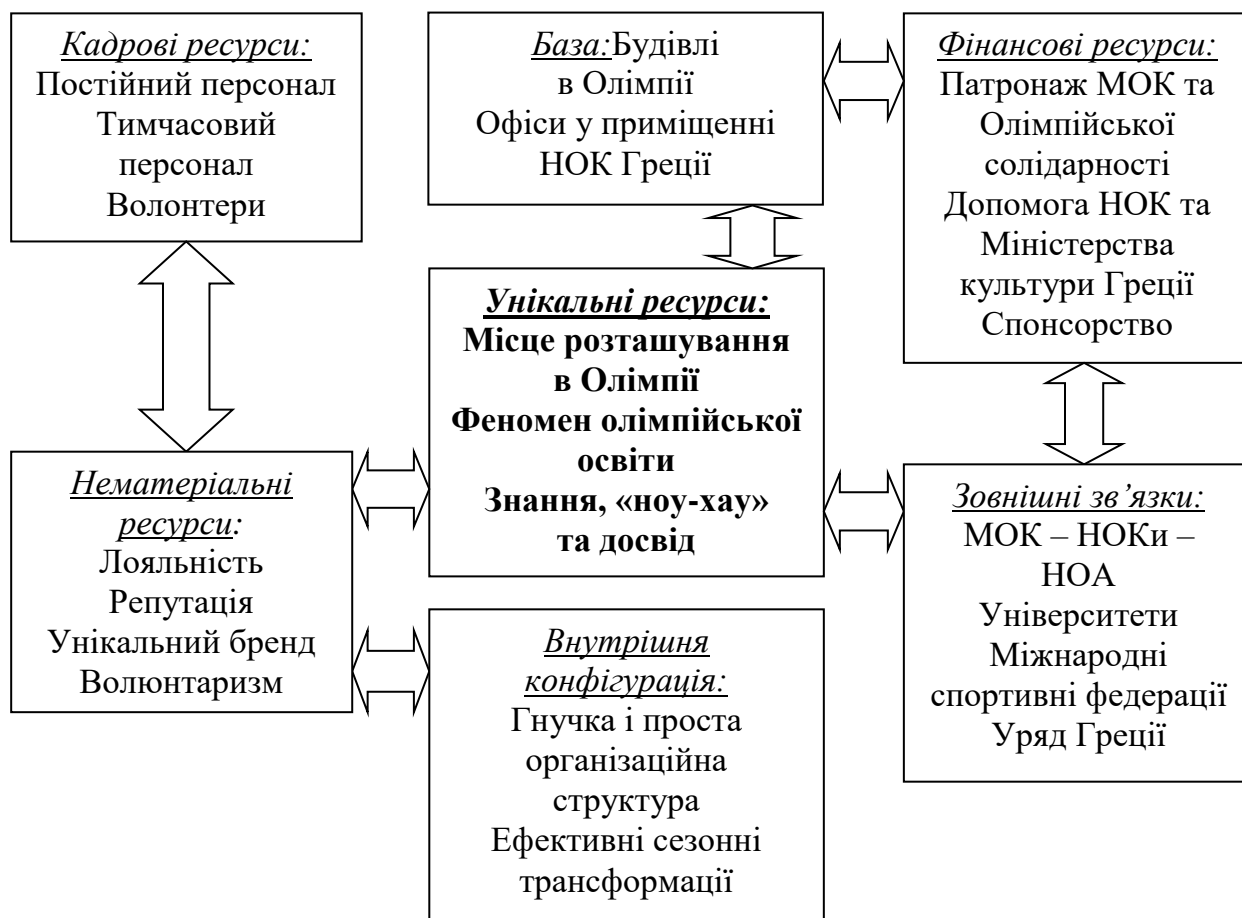
Сесія для спортивних журналістів була створена у 1986 р. з метою надати можливість журналістам з усього світу зустрітися й обговорити роль засобів масової інформації у спорті, проблеми олімпійського руху й освіти, організаційні аспекти, відносини олімпійського руху із засобами масової інформації у минулому і сьогодні. Журналістів інформують про нові технології, що використовуються для висвітлення ігор. У сесії беруть участь представники національних академій, спортивні журналісти (по одному від країни), які представляють свої презентації й доповіді з тем сесій, які зазнають змін щороку.

Освітні програми й сесії можуть також організовуватися в Олімпії на території МОА як виїзні для навчальних закладів різного рівня (університетів, коледжів, шкіл, спортивних клубів). Таких програм за час існування МОА було організовано 68. Для організації програм навчальний заклад заздалегідь (як правило, до початку навчального року) повідомляє МОА, після чого визначаються терміни, програма й умови їх проведення академією. Вищевказані сесії користуються особливою популярністю в основному серед ВНЗ високорозвинених країн Європи та США, оскільки оплата всіх витрат здійснюється за рахунок самих учасників або навчальних закладів.

Починаючи з 2009–2010 навчального року, розроблено і реалізовано програму післядипломної освіти під назвою «Олімпійські дослідження, олімпійська освіта, організація та управління олімпійськими заходами», яка розрахована на рік навчання на базі Пелопонеського університету у м. Тріполі та МОА в Олімпії й Афінах. Програма фінансується повністю з бюджету МОА й Олімпійської солідарності. Учасниками програми можуть стати щорічно 30 представників НОА за рекомендацією цих організацій (по одному від країни щороку).

Для визначення стратегічних освітніх можливостей МОА насамперед слід охарактеризувати внутрішні зв'язки МОА. Як видно з рис. 3.5, згідно з К. Георгіадісом, стратегічними освітніми ресурсами МОА є будівлі та споруди в Олімпії та офіси в Афінах, що розташовані у будівлі НОК Греції. До кадрових

ресурсів належить персонал, що працює на основному місці роботи, та сезонний (літній) тимчасовий персонал для проведення сесій в Олімпії.



*Рис. 3.5. Стратегічні освітні ресурси МОА*

Як зазначає К. Георгіадіс, до фінансових ресурсів належать урядові субсидії, патронаж МОК та НОК Греції через регулярну економічну підтримку з боку Олімпійської солідарності. Крім того, він виділяє як стратегічні ресурси ділову репутацію та «стабільність бренда», якими МОА користується серед учасників сесій, членів НОА, НОКів, різноманітних інституцій та учасників олімпійського руху. Декан вважає, що найбільш цінним стратегічним ресурсом МОА є унікальний духовний зв'язок між учасниками та отриманими знаннями, «ноу-хау» та ексклюзивний досвід, що продукує олімпійська освіта найвищого гатунку. На його думку, зовнішні відносини МОА не є однорідними. З одного боку, є відмінні відносини і співпраця з НОКами і НОА, а з другого – співпраця з НОК Греції не така ефективна, як очікувалося.

Наголошено також на відмінних відносинах з цілою низкою академічних установ, наприклад з Університетом Лоуборо, Університетом Лідса та Університетом Майнтса. Декан відзначив безкоштовну волонтерську діяльність таких видатних професорів, як Меллер, Хенрі, Холліган, Чіфферс, Мюррей,

Перрі, Теодоракіс та ін. Серед зв'язків зазначено недавні тісні двосторонні відносини з оргкомітетом із проведення Олімпійських ігор в Афінах (2004 р.).

Серед потенційних можливостей МОА для вдосконалення освітньої діяльності М. Кіріакоу сьогодні визначає нову конфігурацію (більш ефективну та гнучку), перспективу реформування Олімпійської хартії, поширення ідеалів і філософії олімпізму через олімпійську освіту, відродження олімпійського перемир'я, розповсюдження спадщини МОА та взагалі Греції за кордоном, особливо роботу над створенням Олімпійського університету як міжнародного центру академічних досліджень тощо. Незважаючи на широкі можливості МОА, на думку президента, потенційні загрози для академії також вражають. Серед них спільними загрозами з олімпійським рухом є: комерціалізація, корупція та розповсюдження допінгу.

Серйозну конкурентну загрозу МОА можуть становити також й інші освітні інституції з олімпійської освіти, наприклад діяльність Центру олімпійських досліджень у Барселоні, що користується активною фінансовою підтримкою уряду Іспанії. Дослідницькі проекти та освітні програми вищезгаданої організації, на думку М. Кіріакоу, сьогодні не поступаються проектам МОА. Загрозливими тенденціями також названо: залежність від зовнішньої економічної підтримки; недостатньо адекватне нове спортивне законодавство Греції: висока мінливість та слабка компетентність тимчасового персоналу академії тощо.

Сьогодні МОА – відкрита гнучка система, що є частиною олімпійського руху, яка має в основі ядро з невеликої команди людей, що глибоко віддані ідеалам олімпізму як специфічній субкультурі. Згідно з висловлюваннями декана МОА, домінуючими в академії є саме культурні відносини у чистому, концентрованому вигляді. Він упевнений, що ці ідеали домінують у цілях і діях академії. Таким чином, вона працює у цьому напрямку шляхом залучення доброзичливо налаштованих особистостей, працівників і волонтерів, що виконують місіонерську функцію.

Організаціями, робота яких тісно переплітається з діяльністю МОА, є Асоціація учасників Міжнародної олімпійської академії (АУМОА), олімпійські академії країн світу та ін. Сьогодні МОА і АУМОА – незалежні організації, які переслідують взаємні інтереси і цілі. Ця незалежність підтверджена фактом, що АУМОА не одержує фінансової підтримки від МОА, остання лише надає базу й устаткування для проведення конференцій. МОА залучає колишніх учасників як потенційних координаторів і лекторів на сесіях та інших заходах, що проводяться по всьому світу.

За архівними даними, отриманими у МОА, історія зародження Асоціації учасників Міжнародної олімпійської академії починається з 80-х років минулого століття. Ідейними натхненниками її створення були учасники сесій 1985 р. на чолі з Хансом Ван Хют (Бельгія) і 1986 р., що скоординовані Інгольфуром Ханнесоном (Ісландія) та Іоаннісом Зомпоулісом (Греція).

8 липня 1985 р. на 25-й сесії для молодих учасників під час традиційного соціального вечора бельгійський делегат Ханс Ван Хют запропонував створити організацію учасників сесій МОА під назвою «Новий олімпійський рух». Відтоді ця фраза стала неофіційною темою сесії. Те, що учасники відчули в «Новому олімпійському русі», і був олімпізм у чистому й простому вигляді (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

### Основні етапи розвитку Асоціації учасників Міжнародної олімпійської академії

<b>8.07. 1985 р.</b>	На 25-й сесії для молодих учасників бельгієць Ханс Ван Хют запропонував створити організацію випускників сесій МОА – «Новий олімпійський рух»
<b>07. 1986 р.</b>	Учасники 26-ї сесії МОА, очолювані Лорою Брассі-Іверсен (США), Інгольфуром Ханнесоном (Ісландія) та Іоаннісом Зомпоулісом (Греція), створюють свою організацію випускників і зустрічаються з президентом МОА доктором Нісіотісом
<b>10. 1986 р.</b>	І. Ханнессон почав видавати інформаційний бюлетень для делегатів
<b>03. 1988 р.</b>	І. Ханнессон та І. Зомпоуліс зустрілися в Афінах з президентом МОА й домовилися про воз'єднання організацій до 1989 р.
<b>19–24. 07. 1989 р.</b>	В Олімпії зібрався 61 колишній учасник сесій МОА, через п'ять днів була проведена настановна сесія Асоціації випускників Міжнародної олімпійської академії (АВМОА)
<b>1995 р.</b>	Атанасіос Кріцинеліс, технічний директор із забезпечення естафети й запалювання олімпійського вогню ігор Олімпіади 1996 р., запросив членів асоціації взяти участь у грецькому етапі естафет
<b>31.03. 1996 р.</b>	Члени асоціації випускників обслуговували етапи несення вогню приблизно 12 кілометрів під зливою
<b>1997 р.</b>	48 делегатів, що представляли 21 країну, зібралися на конференцію АВМОА й проголосували за зміну назви організації на Асоціацію учасників Міжнародної олімпійської академії (АУМОА)

19–24 липня 1989 р. в Олімпії був зібраний 61 колишній учасник сесій МОА, через п'ять днів на настановній сесії було створено Асоціацію випускників Міжнародної олімпійської академії (АВМОА), відому сьогодні як Асоціацію учасників Міжнародної олімпійської академії. Відтоді вона перетворилася в організацію, представлену на кожному континенті, а кількість її учасників збільшилася майже до 500.

Аналіз документальних матеріалів дозволив з'ясувати, що у наші дні АУМОА запроваджує в життя велику кількість інформаційно-освітніх заходів і проектів:

- видаються і поширюються членами асоціації два–три інформаційних бюлетені на рік, які включають інформацію про освітню діяльність організації;
- ведеться співробітництво з НОА у країнах, де вони існують і працюють, заснуються НОА, де вони не існують;
- кожні два роки у Стародавній Олімпії організовується сесія АУМОА;
- члени асоціації працюють координаторами груп на сесіях МОА;
- збагачується освітня бібліотека МОА в Олімпії, включаючи статті, відео і слайди, пожертвовані членами АУМОА.

Однією з найбільш дієвих форм поширення інформації про олімпійський рух серед членів асоціації є інформаційний бюлетень АУМОА. Він видається з жовтня 1986 р. двічі–тричі на рік. Будь-який член асоціації може викласти своє повідомлення в бюлетені. Це можуть бути повідомлення від президента, анонси нових проектів, інформація про конференції, оголошення щодо сесій АУМОА, олімпійських новин і нових членів.

Іншими заходами, що характеризують освітню спрямованість асоціації, є сесії та конференції АУМОА. Офіційна сесія проводиться з 1989 р. кожні два роки у Стародавній Олімпії. Ця сесія приймається на території Міжнародної олімпійської академії і, як правило, триває шість днів та забезпечує можливість повернутися до атмосфери сесій МОА, розв'язати проблеми асоціації, налагодити нові контакти. Під час офіційних сесій проходять звітно-виборчі конференції асоціації. Усі члени асоціації отримують детальну інформацію про ці заходи на веб-сайті та через інформаційний бюлетень. Остання 10-та сесія відбулася 2–6 липня 2007 р.

АУМОА також сприяє організації інших сесій для минулих учасників МОА, наприклад Зимової сесії та регіональних сесій. Зимова сесія була започаткована з метою теоретичної і практичної олімпійської освіти молодих людей з тематики зимових видів спорту, пов'язаної з викладанням учасникам з так званих «країн незимових видів спорту».

Ідея створення таких сесій належить Меган Аксель Баммер з Австрії – учасниці 42-ї сесії МОА для молодих учасників 2002 р., що намагалася скомбінувати атмосферу, створену в Олімпії, з елементами снігу і зимових спортивних змагань.

На сьогодні були вже проведені чотири зимові сесії:

- 1-а міжнародна зимова сесія в Зальцбурзі (Австрія) – з 25 січня до 1 лютого 2003 р;

– 2-а міжнародна зимова сесія в Нідербларні (Австрія) – з 4 по 11 січня 2004 р.;

– 3-а міжнародна зимова сесія в Інсбруці (Австрія) – з 15 до 22 січня 2005 р.;

– 4-а міжнародна зимова сесія в Австрії – з 3 до 10 березня 2007 р.

З метою розширення географії олімпійської освіти, залучення до асоціації учасників, що не мають фінансової можливості подорожувати на великі відстані для участі у традиційних сесіях, було впроваджено регіональні сесії, проведення яких усіляко заохочується виконавчим правлінням асоціації.

Проведення відповідних сесій досить щільно контролюється з боку АУМОА. Країна-ініціатор повинна дотримуватися базових принципів для їх проведення:

1. Цілі регіональної сесії повинні відповідати цілям АУМОА.
2. Мета, дата, місце й тема повинні бути схвалені виконавчим правлінням принаймні за два місяці до сесії.
3. Усі колишні учасники сесій МОА повинні бути запрошені.
4. Представник виконавчого правління повинен бути присутнім на сесії.
5. Офіційний звіт про сесію повинен бути поданий виконавчому правлінню.
6. Висновки сесії повинні мати рекомендаційний характер для виконавчого керівництва.

З метою консолідації дій членів асоціації в кожній країні діє представник, який також розширює й підтримує ефективну мережу учасників. До його функцій входить: повідомляти всім учасникам минулих сесій про цілі, проекти, дії, новини і сесії асоціації; залучати учасників сесій МОА до асоціації; повідомляти співгромадян про обрання учасниками поточних сесій МОА; контактувати з усіма членами асоціації; якщо країна не має національної олімпійської академії, сприяти її створенню; бути посередником між АУМОА, НОА та НОКом; створювати проекти, використовуючи олімпійські ідеї; готувати матеріал редактору інформаційного бюлетеня про дії і нових членів АУМОА; намагатися брати участь у сесіях АУМОА в Олімпії.

За інформацією станом на вересень 2009 року АУМОА мала представників у 34 країнах світу й зараз продовжує розширювати їх географію, але в Україні такий офіційний представник досі не працює.

Традиційним заходом є участь членів асоціації в естафеті олімпійського вогню з часів її проведення в Атланті (1996) і Сіднеї (2000),

Пекіні (2008). Перед Іграми Олімпіади 2004 року в Афінах група членів асоціації взагалі відіграла провідну роль у цій естафеті. АУМОА також організовує зустрічі для членів на всіх останніх Олімпійських іграх. Регулярно члени АУМОА беруть участь в Іграх як волонтери. Цей процес винятково добровільний, але, починаючи з 2004 р., членам асоціації доручають найвідповідальніші позиції волонтерів. Наприклад, відома робота 10 волонтерів в афінському олімпійському таборі молоді. Олімпійський табір молоді – офіційний освітній проект МОА, проведений протягом Ігор, де понад 400 юнаків та дівчат з усіх країн світу зібралися поєднувати освіту, культуру і спорт. У наш час ведеться постійна робота щодо розширення участі волонтерів АУМОА в Іграх олімпіад.

З метою залучення учасників з малими статками до діяльності асоціації у 2001 р. було започатковано благодійний фонд, названий на честь Ханса Ван Хюта, ініціатора створення АУМОА. Мета фонду – допомогти тим колишнім учасникам, координаторам або лекторам, які хотіли б відвідати сесію АУМОА, але не можуть це зробити через брак фінансових ресурсів. Право на таку допомогу має тільки член АУМОА, що доведе свою фінансову потребу (безробіття, навчання), надасть підтверджуючу документацію, представить свої досягнення в напрямку пропагування олімпійських ідеалів у своїй країні, до початку сесії АУМОА надішле свою заяву до голови фонду.

Для інформування членів асоціації постійно діє послуга «Поштова група» – поширення олімпійської інформації про конференції, публікації, події, проекти; персональної олімпійської інформації, наприклад залучення до будь-яких олімпійських проектів, подій та ін. Кожен член асоціації автоматично отримує право на цю послугу.

### **Освітня діяльність оргкомітетів з проведення Ігор Олімпіад**

В основу аналізу освітньої діяльності щодо олімпійської освіти оргкомітетів з проведення Ігор олімпіад були покладені дві групи характеристик: методологічні та змістові. Базовими методологічними характеристиками ми вважаємо:

- цільову аудиторію поширення програм, що визначалися кількістю охопленого контингенту, а також його віковими, професійними, навчальними характеристиками;
- цілі програм;



– інформаційні ресурси у вигляді підручників, хрестоматій, електронних носіїв інформації тощо.

На нашу думку, змістовими характеристиками освітніх програм були наявність у їх структурі рубрик, тематик, заголовків, що стосуються конкретних проблем олімпізму чи суспільства взагалі.

Виборюючи право бути господарем ігор олімпіади, країна отримує набагато більше, ніж можливості для розвитку бізнесу, туризму, транспортної інфраструктури. Вона дістає визнання у світі і можливість на практиці прищепити молоді гуманістичні ідеали олімпізму, культурні традиції і досвід. В умовах сьогодення однією з вимог МОК до міст та країн, що приймають чергові Олімпійські ігри, є обов'язкове поширення олімпійських знань та популяризація духу олімпізму серед населення, особливо серед молоді. Це дає змогу зосередити молодь навколо цінностей олімпізму та культури.

За даними N. Muller [44], термін «олімпійська освіта» виник в освітньому середовищі у 70-х роках. Хоча перші реальні заходи з олімпійської освіти були організовані оргкомітетом з проведення Ігор XVIII Олімпіади у Токіо, проводилися ще з 1959 року, а передумовою для цього стала участь Токіо як міста-кандидата на прийняття Ігор XVIII Олімпіади. У травні 1959 р. на презентації заявки м. Токіо на сесії МОК у Мюнхені японський доповідач Казушиге Хірасава продемонстрував підручник для шостих класів, що стало відправною точкою для розвитку олімпійської освіти у школах Японії. Вона дістала подальший розвиток з публікацією підручників для школярів середніх класів (1961), старших класів (1962), молодших класів (1964) та збірки інформаційних матеріалів з олімпійської тематики для учнів і студентів (1964). Цілями олімпійської освіти у Японії було визначено:

1. Поширення олімпізму, сприяння порозумінню між націями.
2. Культивування ідеалів гуманізму та взаємоповаги.
3. Самоствердження японської нації як провідника доброї волі та ідеї миру.
4. Сприяння розумінню витоків і значення олімпізму.
5. Посилення інтересу до занять руховою активністю і спортом, їх значущості [42] (табл. 3.5).

Крім того, Міністерство освіти Японії запровадило програму соціальної освіти для населення країни-господаря Ігор XVIII Олімпіади з універсальними цілями.

Таблиця 3.5

**Порівняльна характеристика програм з олімпійської освіти,  
реалізованих оргкомітетами літніх Ігор Олімпіад**

Програма, місто, роки	Методологічні характеристики		Тематика				
	к-гонт	ресурси	1	2	3	4	5
«Олімпійські читання», Мюнхен (1970–1972)	2500	Дані відсутні	+	+	+		
«Популяризація олімпізму у шкільному середовищі», Монреаль (1973–1976)	Дані відс.	Дані відсутні		+			+
«Молодь та освіта», Атланта (1995–1996)	290 тис.	3 книги з олімпійської освіти («Олімпійський день у школах. Дух олімпізму: всесвітній зв'язок» та ін.)		+			+
«Шкільна стратегія Ігор Олімпіади-2000», Сідней (1995–2000)	431 403	Матеріали: «Комплект з олімпійської освіти», «Прагнення», «Жабеня Оссі кличе», Мистецький олімпійський фестиваль	+	+	+	+	+
«Афіни-2004», Афіни (1999–2004)	1 млн	Робочі зошити для дітей 6–9, 10–12 років, фотоальбом «Олімпійський світогляд», книги «Олімпійські види спорту», «Олімпійська освіта: від теорії до практики», «Олімпійські ігри: нотатки і рекомендації»	+	+	+	+	+
«Пекін-2008», КНР (2003–2008)	400 млн	Підручники для початкових, середніх шкіл, для коледжів та університетів, «Олімпійський підручник для вчителів»; видання «Олімпійська освіта у Пекіні»; газети «Пекін дейлі», «Перша», Інтернет-портал	+	+	+	+	+

*Примітки:* 1 – сучасний олімпійський рух; 2 – цінності олімпізму; 3 – історія олімпізму; 4 – здоров'я і фізкультурна освіта; 5 – суспільно-політичні проблеми.

Наступним етапом розвитку олімпійської освіти стало майже одночасне запровадження програм з олімпійської освіти напередодні зимових Ігор Олімпіади 1972 р. у Саппоро та Ігор XX Олімпіади у Мюнхені 1972 р. На додаток до досвіду Ігор у Токіо з 1967 року у Японії розпочалися заходи, що проводилися оргкомітетом Ігор Олімпіади 1972 р. у Саппоро. Спеціально створеною організацією, що дістала назву «Національний олімпійський рух» й підтримувалася урядовими, особливо муніципальними (міськими) та приватними, структурами, з 1967 року до Координаційної комісії з

популяризації і проведення Ігор було включено громадський актив Саппоро, бізнесову еліту, спортивне керівництво, жіночі та інші організації (табл. 3.6).

Гаслами цієї організації стали:

1. Зрозуміємо олімпійців.
2. Запросимо людей з усього світу.
3. Зробимо атмосферу зимового життя яскравішою.
4. Отримаємо задоволення від занять зимовими видами спорту.

Серед освітніх матеріалів було випущено підручники для молодших, середніх і старших класів школи, освітні матеріали для вчителів «Спорт на снігу і льоді», постери, слайди з фотографіями місцевих спортивних споруд. Загалом цілями програми з олімпійської освіти «Саппоро – 1972» були: «донести» дух і цінності олімпізму до школярів; посилити інтерес школярів до зимових видів спорту; сприяти перегляду олімпійських змагань і супутніх культурних заходів. Для розв'язання перших двох завдань було видано і розповсюджено «Путівник до олімпійських знань», який містив: соціальну, фізкультурноосвітню, виховну інформацію та завдання для вивчення англійської мови. Загалом до освітніх та виховних заходів було залучено близько 1400 школярів [42].

Таблиця 3.6

**Порівняльна характеристика програм з олімпійської освіти, реалізованих оргкомітетами зимових ігор олімпіад**

Програма, місто, роки	Методологічні характеристики		Тематика				
	к-гонт	ресурси	1	2	3	4	5
«Саппоро-1972», Саппоро (1967–1972)	1400	Підручники для шкіл, «Путівник до олімпійських знань», матеріали для вчителів «Спорт на снігу і льоді»	+	+	-	+	+
«Одна школа, одна країна», Нагано (1996–1998)	15 тис.	Дані відсутні	+	+	+		+
«Ванкувер-2010», Ванкувер (2007–2010)	300 тис.	Інтернет-портал, проекти «Канадські зустрічі», «Історичні ярмарки», «Канадська енциклопедія», програма «Інтелектуальні м'язи» тощо	+	+	+	+	+

*Примітки:* 1 – сучасний олімпійський рух; 2 – цінності олімпізму; 3 – історія олімпізму; 4 – здоров'я і фізкультурна освіта; 5 – суспільно-політичні проблеми

Майже одночасно з японською, НОКом Німеччини у співробітництві з Міністерством освіти була запроваджена інша програма, присвячена проведенню Ігор XX Олімпіади у Мюнхені 1972 р., що полягала у проведенні «Олімпійських читань» освітнього характеру, які охоплювали всі навчальні

предмети у початкових і середніх класах шкіл і передбачали попередню підготовку педагогічного персоналу навчальних закладів. Програма була спрямована на поширення цінностей олімпізму й реалізовувалася на контингенті у 2500 школярів (табл. 3.5) [41].

З 1973 по 1976 роки оргкомітетом з проведення Ігор XXI Олімпіади 1976 р. у Монреалі для школярів Канади (провінція Квебек) було реалізовано програму «Популяризація олімпізму у шкільному середовищі». Метою програми стали: сприяння розширенню сприйняття ідеалів олімпійського руху та розуміння їх впливу на сучасне суспільство; демонстрація ефекту ігор олімпіад на освітньому, культурному, спортивному рівні (табл. 3.6) [40].

У 1995 році організаційним комітетом Ігор Олімпіади 1996 р. в Атланті реалізовано програму «Молодь і освіта», розраховану на дітей штату Джорджія з дитячого садка по 5 клас шкіл (загалом близько 290 тис. осіб). Освітні матеріали склалися з трьох книг, остання з яких «Олімпійський день у школах. Дух олімпізму: всесвітній зв'язок» є найбільш вдалою з точки зору змісту та оформлення. Метою програми декларувалося розширення знань про міжнародне суспільство, засвоєння ідеалів і цінностей олімпізму (табл. 3.5).

З 1996 року з допомогою управління освіти м. Нагано й мера міста оргкомітет зимових Ігор Олімпіади 1998 року започаткував програму олімпійської освіти «Одна школа, одна країна». В її основу були покладені ідеї програми «Одне суспільство, одна країна», реалізованої раніше під час Азійських ігор 1994 у м. Хіросіма. 76 початкових, середніх і спеціальних (для дітей з вадами здоров'я) шкіл м. Нагано для вирішення завдань програми «Одна школа, одна країна» розподілили між собою для вивчення, спілкування і культурних обмінів усі країни-учасниці майбутніх зимових Ігор Олімпіади – 1998. Проводилося листування, контакти через мережу Інтернет, телемости, візити послів, атлетів і представників цих країн до шкіл, що безпосередньо їх обрали для обмінів.

Особливим завданням суспільних заходів була боротьба за заборону протипіхотних мін, на яких під час конфлікту у Боснії постраждало багато дітей та місцевих мирних жителів. Діти однієї зі шкіл м. Нагано як результат обмінів зустрічали делегацію Боснії та Герцеговини в олімпійському містечку, передали боснійським дітям куплені на зібрані кошти протези передпліччя та гомілки. Загальна кількість школярів, що взяли участь у заходах проекту, становила 15 тисяч [34] (табл. 3.6).

Окремо слід наголосити на освітніх заходах організаційного комітету з проведення Ігор XXVII Олімпіади у Сіднеї (Австралія), оскільки за кількістю

охопленого контингенту й обсягами території вони перевершили попередні. Національна програма олімпійської освіти «Сідней – 2000» зібрала близько 10 тис. навчальних закладів Австралії й контингент дітей від дитячого садка до 12 років кількістю 431 403 особи. Найбільше були задіяні школи Нового Південного Уельсу. Загальною метою програми стало залучення школярів до олімпійського руху і засвоєння цінностей олімпізму.

Для досягнення загальної мети організатори (Відділ освіти і тренування Нового Південного Уельсу, НОК Австралії) розробили кілька локальних програм, що ввійшли до цілісного пакета – «Шкільна стратегія Ігор Олімпіади – 2000», який був запроваджений за п'ять років до проведення Ігор (у 1995 р.) [29]. Серед локальних програм (ресурсів) відзначимо «Комплект з олімпійської освіти», «Прагнення», «Жабеня Оссі кличе», «Мистецький олімпійський фестиваль» (табл. 3.5).

«Комплект з олімпійської освіти» був розроблений як матеріали для вчителів і розповсюджений з 1995 року по всіх дитячих садках та школах Австралії у двох варіантах: для дітей до 6 років та від 7 до 12 років. Матеріали були присвячені історії Олімпійських ігор, символіці, церемоніям, а також Іграм Олімпіади у Мельбурні (Австралія).

Інша програма – «Прагнення» – була розповсюджена у 1999 році. Цей інтерактивний пакет освітніх матеріалів для школярів початкових та середніх класів, а також педагогів побудований як віртуальний освітній простір з навчальними і творчими іграми. Він виконаний у вигляді компакт-диска (CD-ROM), досяжний на Інтернет-сайті й розрахований на 5 тем:

1. Конструюємо Сідней – 2000.
2. Дружні ігри.
3. Ігри для атлетів.
4. Культурна олімпіада.
5. Проблеми олімпізму (історія та сучасність).

У межах цієї програми було також створено шкільну мережу для підтримки взаємозв'язків між школами Австралії (загалом 200 шкіл), через яку йшло спілкування з олімпійцями, підбір волонтерів для участі у культурних заходах та церемоніях нагородження атлетів [21].

«Жабеня Оссі кличе» – це розробка для дітей молодших класів, розповсюджена у 1999 році у Новому Південному Уельсі, покликана стимулювати дітей до регулярної рухової активності та захисту навколишнього середовища. Мистецький фестиваль на олімпійську тематику передбачав заходи з демонстрації творів образотворчого характеру за

темами: «спорт», «мультикультурність», «дружба» та інші. У ньому взяли участь понад 25 тис. школярів молодших класів [29].

Додатковим ресурсом ми вважаємо: інформаційно-освітню газету «O-News», яка була розповсюджена серед 3 млн дітей Австралії віком від 3 до 12 років з липня 1998 року через мережу Інтернет, а також у вигляді компакт-дисків [29].

Після здобуття у вересні 1997 року права на проведення Ігор XXVIII Олімпіади в Афінах було створено робочу групу, що складалася з фахівців відділу олімпійської освіти оргкомітету з проведення Ігор XXVIII Олімпіади, експертів Міжнародної олімпійської академії, Грецького педагогічного інституту та Міністерства освіти і релігії Греції. До 1999 року робочою групою були напрацьовані освітні матеріали, які стали інструментом поширення знань, ідей і цінностей, що пов'язані з олімпізмом, серед населення Греції [20].

Зміст освітнього матеріалу виходив із загальних цілей програми олімпійської освіти «Афіни – 2004», що відповідають головному девізові – «Пам'ятай, бери участь, вивчай, твори»:

1. Довести до учнів і молоді інформацію про Олімпійські та Паралімпійські ігри в Афінах.

2. Сприяти поширенню ідеалів олімпізму та його освітньої цінності.

3. Підвищити якість, ефективність фізкультурної освіти.

4. Розвивати у молоді особливу філософію життя й позитивну життєву позицію, що ґрунтується на поєднанні освіти, спорту й культури.

5. Укріплення духу доброї волі.

6. Сприяння розумінню школярами й педагогами проблем мультикультурності, рівності й ідеї миру [20].

Результатами діяльності робочої групи стали підручники, ігри, відеоматеріали та інші освітні матеріали, що стосуються Ігор XXVIII Олімпіади в Афінах. Серед публікацій відзначимо:

1. Робочий зошит для дітей 6–9 років з іграми й тематичними завданнями відповідно до вікової групи школярів, перекладений французькою, англійською і німецькою мовами.

2. Робочий зошит для дітей 10–12 років, що розвиває ініціативність, креативність, містить різноманітні теми та інформацію, також перекладений трьома мовами.

3. Фотоальбом «Олімпійський світогляд» для школярів 13–16 років.

4. Книга «Олімпійські види спорту», що ознайомлює читачів з історією, правилами, особливостями видів спорту, що входять до програми

Олімпійських ігор. Книга містить також відеододаток у вигляді трихвилинних презентацій кожного виду.

5. Підручник «Олімпійська освіта: від теорії до практики» містить опис теоретичного підґрунтя олімпійської освіти.

6. Посібник для вчителів «Олімпійські ігри: нотатки і рекомендації».

7. Настільна гра «Олімпійські перегони».

8. Рекомендації для педагогів (від дитячого садка до середньої школи).

9. «Деспіна і голуб» – художній твір з вичерпним і легко зрозумілим представленням базових принципів олімпізму.

10. «Олімпійські ігри: Афіни – 2004» – інноваційні матеріали для учнів дитячих садків, представлені у візуальній формі для стимуляції уявлення дітей про Олімпійські ігри.

11. Літературний твір і гра «Діти планети Земля разом на олімпійському фестивалі».

12. Інформаційний ресурс «Молодий волонтер», створений у співпраці з грецькими скаутськими організаціями.

13. Фотоальбом Альберта Майера «Олімпіські ігри – 1896» [34; 35].

Окремо слід відзначити освітні матеріали для школярів з особливими потребами (розумово відсталих, з вадами слуху, зору, розумового розвитку та опорно-рухового апарату):

1. «Вивчай, пам'ятай, бери участь» – матеріали для дітей, що слабко бачать, та матеріали для тотально сліпих на шрифтах Брайля й компакт-дисках.

2. Відеоматеріали «Олімпійські види спорту й атлети» із сурдоперекладом (по 3 хвилини на кожен вид) для дітей з вадами слуху.

Крім того, усі заходи з олімпійської освіти були висвітлені на офіційному сайті «Молодь – 2004», який відвідали за час до проведення Ігор XXVIII Олімпіади в Афінах 131 275 користувачів [34].

Особливо слід зупинитися на створенні «Парку олімпійської освіти», що був організований на одній із центральних площ Афін з 13 по 17 травня 2003 року за участі учнів 590 шкіл (274 – початкових, 316 – середніх) і 60 спеціальних шкіл. Заходи у парку передбачали: демонстрацію 80 інформаційних стендів; представлення малюнків учнів на олімпійську тематику; пісенні, театральні і поетичні виступи; перегляд кінофільмів; спортивні змагання на базі Грецької гімнастичної Асоціації.

Загалом в організованих заходах з олімпійської освіти напередодні Ігор Олімпіади у Афінах – 2004 взяли участь близько 1 млн школярів з 7500 шкіл Греції, було залучено 2 тис. учителів та вихователів.

Найбільш масовою і змістовною за всі часи існування такого явища, як олімпійська освіта є програма, присвячена проведенню Ігор XXIX Олімпіади в Пекіні, під загальною назвою «Програма олімпійської освіти Пекін – 2008». Тому зупинимося на її вивченні більш докладно у кінці розділу.

Наступним за хронологією етапом у розвитку олімпійської освіти є діяльність оргкомітету зимових Ігор Олімпіади – 2010 у Ванкувері зі створення і реалізації програми олімпійської освіти «Ванкувер – 2010». Унаслідок узагальнення його діяльності ми виділили ключові ознаки проведення заходів з олімпійської освіти:

1. Максимальне використання мережі Інтернет.
2. Наступність і послідовність.
3. Привабливий зовнішній дизайн, що сприяє залученню користувачів.

Перша ознака знаходить відображення у створенні спеціалізованого порталу, присвяченого олімпійській освіті [32], який був створений у вересні 2007 року. Інша ознака полягає у застосуванні напрацьовань уже створеного порталу для підготовки зимових Ігор Олімпіади у Калгарі – 1988. Так, була продовжена програма олімпійської освіти для шкіл Канади. Третя ознака – привабливий зовнішній дизайн і реклама – спонукали користувачів до рекордно масового для зимових Ігор олімпіад залучення до запропонованих заходів (загалом близько 300 тисяч осіб, охоплених елементами програми).

Зміст програми олімпійської освіти «Ванкувер – 2010» охоплює весь спектр тематики олімпійської освіти молоді: історія ігор олімпіад, сучасний олімпійський рух, олімпійська хартія, цінності олімпізму, спорт у цілому (історія, соціальні, економічні проблеми), культура (етнокультурні особливості Канади) [25].

Серед конкретних складових загальної програми відзначимо:

– проект «Канадські зустрічі», що передбачав щотижневі збори 120-138 канадських школярів 14–17 років у м. Оттава на семиденні семінари з обміну знаннями і поглибленого вивчення олімпізму. Цей проект загалом зібрав 78 тисяч учасників з усіх провінцій Канади;

- «Історичні ярмарки», що охопили близько 200 тис. школярів;
- «Канадська енциклопедія» як інформаційний ресурс про Канаду;
- «Доторкнися до мрії» – мережеве спілкування з відомими людьми,

що причетні до олімпійського руху;

– мережевий навчальний ресурс «E-Legacies» («Освітня спадщина»), що діяв з вересня 2009 року у провінції Британська Колумбія та ін. (табл. 3.6) [32; 54].



Аналіз документальних матеріалів (зокрема офіційної заявки Пекіна як міста-кандидата на проведення Ігор Олімпіади – 2008) [24] засвідчив, що команда КНР уперше взяла участь в Іграх Олімпіад досить пізно – у 1984 р. (Ігри XXIII Олімпіади), та ж тенденція стосується розвитку олімпійської освіти, якій наприкінці ХХ ст. приділялось у КНР набагато менше уваги, ніж підготовці спортсменів.

Розвиток олімпійської освіти у КНР можна поділити на три етапи:

1. Зародження традицій олімпійської освіти.
2. Активний розвиток олімпійської освіти після обрання Пекіна як міста, що прийматиме Ігри Олімпіади – 2008.
3. Олімпійська освіта після проведення Ігор Олімпіади – 2008.

Як свідчать дані інтерв'ю, передумовою для зародження олімпійської освіти у КНР було рішення щодо номінування Пекіна як міста, яке братиме участь у конкурсі на прийняття Олімпійських ігор – 2000, тому заходи щодо розвитку олімпійської освіти були розпочаті ще на початку 90-х років. Так, на цьому етапі до програми фізичного виховання від початкових шкіл до коледжів було введено вивчення теоретичних і практичних аспектів олімпізму, опубліковано підручники «Олімпійська історія» (1993) для початкових шкіл та «Олімпійські знання» (1993) для середніх шкіл, започатковано Національний музей спорту й олімпійської преси (1989), у журналі «Фізичне виховання у Китаї» відкрито рубрику з олімпійської освіти для вчителів, опубліковано навчальні посібники «Олімпійський рух» (1993) і «Теорія олімпізму» (1999) для студентів спеціальних вищих навчальних закладів, розпочато підготовку магістрів і докторів та відкрито Центр олімпійських досліджень у Пекінському університеті фізичного виховання, а також упроваджено антидопінгову освітню програму для спортсменів та «Олімпійський день».

У 1998 р. на базі Пекінського університету спорту було створено спеціалізовану навчально-дослідницьку лабораторію, яка після обрання Пекіна як міста, що прийматиме Ігри Олімпіади – 2008, перетворилась у науково-дослідний центр.

Активний розвиток олімпійської освіти у КНР розпочався з 2001 р. з обранням Пекіна як місця проведення Ігор XXIX Олімпіади. Задовго до вищезгаданої події у межах цілісної заявки Пекіна як міста-кандидата на проведення Ігор була розроблена програма розвитку олімпійської освіти у країні. Авторами-розробниками програми виступили: Зенліанг Хе – член МОК, нині голова Комісії МОК з культури та олімпійської освіти, доктор Хаі Рен – директор Центру олімпійських досліджень, професор Пекінського

університету фізичного виховання, доктор Донгуанг Пеі, професор Пекінського муніципального інституту фізичного виховання. Відтоді система олімпійської освіти Китаю набула цілеспрямованого форсованого розвитку за рахунок фінансових ресурсів Організаційного комітету з проведення Ігор XXIX Олімпіади у Пекіні (ОКОП) та Міністерства освіти Китаю.

У 2001 р. при Університеті Ренмін було відкрито Центр олімпійських гуманістичних досліджень [23], завдяки чому у 2003 р. світ побачив монографію «Гуманістичні Олімпіади». Провідні університети почали дослідження олімпізму з точки зору елективності (орієнтації на індивідуальні потреби особистості). Так, у Технологічному університеті Зонг Юан запроваджено елективний курс для студентів підготовчих відділень «Олімпійська культура», що містив 26 годин, під час яких вивчалися: історія олімпізму, олімпійський рух у КНР та у світі, механізми і процедури відбору міст-кандидатів для проведення Ігор олімпіад, сучасні технології в олімпізмі, проблеми допінгу. Столичний інститут фізичного виховання започаткував власну програму, метою якої була підготовка кадрів та інтелектуальна підтримка Ігор XXIX Олімпіади.

За даними мережі Інтернет [22], у 2002 році Муніципальний уряд Пекіна та Організаційний комітет з проведення Ігор XXIX Олімпіади на офіційному веб-сайті останнього опублікували план дій щодо підготовки до Олімпійських ігор у Пекіні.

Серед пріоритетних напрямів розвитку олімпійської освіти провідне місце посіла олімпійська освіта у початкових та середніх школах. За основу були взяті традиційні форми і засоби олімпійської освіти, крім того, розроблені та апробовані авторські програми та засоби.

Цей процес був започаткований у 2001 р. пекінською початковою школою Янг Фанг Дайан, де під керівництвом на той час олімпійського експерта Донгуанг Пеі було ініційовано заходи з олімпійської освіти на території шкільного містечка. На першому етапі культивувалися такі традиційні форми, як змагання з античного пентатлону та церемонія відкриття олімпійських ігор. Згідно зі сценарієм організаторів під час неї школярі, крокуючи по стадіону, представляли різні країни світу, одягнувшись у їх традиційне національне вбрання, спілкуючись їх мовами та виконуючи національні танці. Крім того, школа організувала такі заходи, як «хор олімпійського ангела», «коридор олімпійських знань», «шкільна організація об'єднаних націй», закладено олімпійську алею.

Такі заходи привернули увагу китайських та зарубіжних засобів масової інформації і стали відомими відразу після успішного їх проведення, а у 2005 р. пекінська початкова школа Янг Фанг Дайан була визнана ОКОПІ та Міністерством освіти КНР піонером олімпійської освіти у Китаї. Ці ж організації стали співрозробниками програми олімпійської освіти для початкових та середніх шкіл Китаю, що охопила близько 400 млн дітей та підлітків. За даними мережі Інтернет [22], головні цілі програми відповідають цілям МОК і полягають у:

- поширенні олімпійських знань та популяризації олімпійського духу;
- стимулюванні учнів до розширення світогляду через міжнародні обміни;
- популяризації видів спорту з олімпійської програми і розширенні потенційної аудиторії Олімпійських та Паралімпійських Ігор у Пекіні через уведення олімпійських знань у навчальні програми з фізичного виховання та розвиток спортивних заходів у школах;
- залишенні спадщини Олімпійських Ігор через організацію яскравих заходів з олімпійської тематики серед школярів.

Завданнями програми олімпійської освіти для школярів Китаю були:

- інтегрувати олімпійську освіту до шкільної програми;
- розвинути освітні заходи на олімпійську тематику – конкурси малюнка, фото, поезії, письма, майстрування, англійської мови, а також літній олімпійський табір;
- започаткувати мережу «Модельних шкіл» для популяризації олімпізму серед школярів;
- підсилити дослідження з олімпійської освіти та підготовку відповідних кваліфікованих викладачів.

Спадщина, що передбачається залишити, – це олімпійські знання та адекватне сприйняття олімпійських ідеалів учнями, мережа модельних шкіл з олімпійської освіти, технології поширення олімпійського духу через освіту, інститути олімпійських досліджень.

За словами доктора Хаі Рен, директора Центру олімпійських досліджень, професора Пекінського університету фізичного виховання, підготовка волонтерів для Ігор Олімпіади – 2008 також є одним із пріоритетних напрямів олімпійської освіти КНР, адже потреба у них для проведення Ігор становить близько 100 тисяч.

Уже 3 липня 2002 р. Комітет пекінської молодіжної ліги розробив і випустив «План дій молоді щодо підготовки до Олімпійських Ігор у

Пекіні» [22], що містив заходи з підготовки волонтерів та акцію «День єдності», яка була проведена 13 липня, а у 2003 р. розробив навчальний план підготовки волонтерів для впровадження в навчальних закладах різних рівнів акредитації (серед них пекінські вищі школи, коледжі, університети).

У вересні 2003 року відділом преси та громадських зв'язків Організаційного комітету з проведення Ігор XXIX Олімпіади у Пекіні та Муніципальною комісією з освіти Пекіна був проведений Міжнародний форум з олімпійської освіти, де взяли участь понад 200 учасників, а у червні 2004 р. на базі Муніципальної комісії з освіти Пекіна створено робочу групу для організації і керівництва олімпійською освітою, що складалася з понад 200 працівників постійного персоналу, які організували роботу 65 освітніх секцій у навчальних закладах Пекіна.

Наступним важливим етапом у розвитку олімпійської освіти стало проведення 25 листопада 2007 р. дводенного Пекінського міжнародного форуму з олімпійської освіти за темою : «Олімпіада: освіта та гармонійний розвиток людини», де виступили 30 міжнародних експертів та науковців.

Тісна співпраця між ОКОІП та освітніми організаціями є базовою передумовою для ефективного реалізації програм з олімпійської освіти. На сьогодні започатковано глобальну мережу, що охоплює всю систему освіти КНР. 5 грудня 2005 р. Міністерство освіти КНР та ОКОІП розробили, а 8 грудня 2005 р. затвердили спільний план поширення олімпійської освіти у початкових та середніх школах, що був розповсюджений по керівних освітніх установах у провінціях і місцевих відділах освіти у 2005 р. (рис. 3.6).



*Рис. 3.6. Організаційна структура олімпійської освіти школярів у КНР*

Основою реалізації проекту олімпійської освіти у КНР є мережа модельних шкіл з олімпійської освіти, яких по території країни було обрано 356, у тому числі у районах Донгченг (22 школи), Хіченг (23), Хуанву (12), Чонгвен (12), Чаоянг (28), Хаїдіан (29), Фенгтай (20) та ін. З них 200 шкіл було обрано безпосередньо у Пекіні (серед них початкова школа Ментогоу Дау, пекінські вищі школи Гуангумен, № 4, № 9, школи Джингшан, Міун Янгін тощо з метою зробити заходи з олімпійської освіти більш ефективними саме у місті-господарі Олімпійських ігор – 2008. Очікувалось, що вибір модельних шкіл дозволить популяризувати олімпізм на території КНР, підготувати школярів, що відвідають Ігри Олімпіади – 2008, і залишити безцінну спадщину олімпійської освіти [22].

За даними інтерв'ю, усі 200 шкіл Пекіна для участі у програмі були обрані вже 2 липня 2005 р. Це не тільки початкові та середні школи, але й вечірні, спеціальні, етнічні, спортивні, міжнародні, приватні школи та школи для дітей робітників-іммігрантів. Принципи відбору шкіл для участі у проекті повністю відповідають олімпійській ідеї миру і рівності.

За допомогою інтерв'ювання та аналізу матеріалів мережі Інтернет [22; 23] ми визначили базові ресурси з олімпійської освіти у КНР. Такими слід уважати:

1. Засоби олімпійської освіти:

- поєднання олімпійської освіти з тематичною активністю;
- поєднання олімпійської освіти з курсами з фізичного виховання;
- інтеграція олімпійської освіти до інших навчальних курсів.

2. Спеціальні підручники:

- «Олімпійська хрестоматія для учнів початкових шкіл» (2003, 2006);
- «Олімпійська хрестоматія для учнів середніх шкіл» (2003, 2006);
- «Олімпійська хрестоматія для студентів коледжів та університетів» (2006);
- «Олімпійський підручник для вчителів».

3. Медіаресурси:

- спеціальне видання «Олімпійська освіта у Пекіні»;
- «Пекін – 2008» – офіційний журнал Організаційного комітету з проведення Ігор XXIX Олімпіади у Пекіні;
- газети «Пекін дейлі», «Перша», «Час середньої школи», «Китай дейлі»;
- Пекінська муніципальна радіостанція;
- Пекінське муніципальне телебачення;
- Інтернет-портал з олімпійської освіти на сайті оргкомітету.

Хрестоматії з олімпійської освіти було видано у 2003 р. Загалом 800 тис. їх примірників було безкоштовно розповсюджено, а у 2006 р. їх було перевидано з оновленою інформацією щодо підготовки до Олімпійських ігор у Пекіні.

22 вересня 2006 р. опубліковано спеціальне видання «Олімпійська освіта у Пекіні». Крім того, за підтримки партнерів Олімпійських Ігор – 2008 була розроблена і розіслана по 500 тис. шкіл Китаю серія плакатів з олімпійської освіти, започаткований портал з олімпійської освіти на офіційному сайті оргкомітету. Це стало засобом зв'язку, що поєднує оргкомітет зі школярами КНР та світу в цілому.

Муніципальні засоби масової інформації Пекіна ввели зворотний відлік часу за 900 днів до початку Ігор. Сумісно газетами «Пекін дейлі», «Перша», «Секондері скул тайм» започатковано понад десять освітніх рубрик. Пекінське телебачення транслює низку щоденних і щотижневих програм для поширення олімпійських знань серед своєї аудиторії.

Найбільш загальним засобом олімпійської освіти у КНР є «Програма олімпійської освіти Пекін – 2008», що охопила близько 400 млн дітей та підлітків КНР і є наймасовішою за всі часи існування олімпізму. Загальна програма передбачає кілька конкретних програм, частина з яких уперше розроблена саме у Китаї.

Програма партнерства «Від серця до серця» мала на меті сприяння китайським школярам у здійсненні міжнародних обмінів з дітьми з-за кордону. Ця ідея запозичена з досвіду інших міст, що приймали Ігри олімпіад раніше. Програма сприяє розповсюдженню олімпізму, партнерства, рівності, дружби та інших його цінностей і розроблена спільно ОКОП та Пекінською муніципальною комісією з освіти, що відповідає за її реалізацію.

Школярі двохсот шкіл Пекіна згідно з програмою є партнерами з НОК близько двохсот країн і регіонів світу. Напередодні Ігор Олімпіади – 2008 вони контактують з національними командами країн-учасниць Олімпійських та Паралімпійських ігор, вивчаючи їх мови, культури, історію виступів на Олімпійських іграх (рис. 3.7). Під час Ігор учні взяли участь у різноманітних заходах з командами-партнерами, наприклад участь у церемонії підняття прапора в олімпійському містечку та перегляді змагань.



*Рис. 3.7. Міжнародні обміни за програмою партнерства «Від серця до серця»*

*Програма підготовки вчителів з олімпійської освіти.* Підготовка вчителів – не менш важлива частина цілісної системи олімпійської освіти КНР, її ключовий чинник. Програма завершена згідно з планом у грудні 2007 р. з метою підготовки висококваліфікованих педагогів у галузі олімпійської освіти та її інтенсифікації. За підготовку таких педагогів відповідає Пекінський муніципальний інститут фізичного виховання, який також залучає експертів, що мають багатий досвід у цьому напрямку, для читання лекцій та проведення тренінгів. Повний курс тренінгів, що складається з 12 програм, тривалістю по три навчальних дні кожна, було

проведено у 2007 навчальному році. За розрахунками кожен університет, коледж, школа Пекіна мала напередодні Ігор мінімум одного кваліфікованого фахівця з олімпійської освіти, а місцеві освітні установи в інших провінціях мали програми та матеріали для підготовки вчителів.

Цей проект залишив безцінну спадщину у вигляді кадрового ресурсу для олімпійської освіти.

*Проект «Один клас – одна країна».* Започаткований модельною школою Хуо Джі Ді, що комбінує традиційні форми олімпійської освіти зі своїми освітніми ідеями. Школа розробила трирічний навчальний план з метою виховати здорових школярів з міжнародним світоглядом (у дусі ідей П'єра де Кубертена). На базі школи організовано «Міні-оргкомітет з проведення Олімпійських ігор», який займається організацією шкільних заходів на олімпійську тематику. Цей захід був підтриманий особисто мером м. Пекіна.

*Проект «Китайський тур символіки Олімпійських ігор у Пекіні – 2008».* Сутність цього проекту полягає у розробці та розповсюдженні гральних карт з олімпійською символікою по всій території КНР. Карти були розроблені початковою школою Хо Іа Лу і зареєстровані Національним бюро патентів як винахід. Дизайн карт базується на двох позиціях: олімпійські знання і китайська культура.

*Проект «Мультикультурні вистави».* Фахівці ще однієї модельної школи Баї Хуа Жуанг, що спеціалізується на мультикультурних заходах з олімпійської освіти, розробили «Пекінське культурне шоу», де всі заходи школярі організовували самостійно. Попередньо вони прослухали такі навчальні курси, як «Олімпійський спів», «Олімпійський дух», «Олімпійська творчість».

*Проект «Олімпійський волонтер-перекладач».* Міжнародна модельна школа з олімпійської освіти Фанг Као Ді розробила проект, що сприяє міжнародним контактам та взаєморозумінню між націями. Проект базується на підготовці волонтерів-поліглотів, частина з яких успішно склала іспити на право бути офіційним волонтером Олімпійських ігор у Пекіні – 2008 та діяла як перекладач з іспанської, корейської, японської, англійської та інших мов, водночас володіючи глибокими знаннями традицій та культур цих країн.

За даними мережі Інтернет [22; 24], у межах програми 31 січня 2008 р. було проведено навчально-тренувальний захід для волонтерів під назвою «Посміхніться піонери олімпійського Пекіна», що зібрав приблизно 1 тис. досвідчених волонтерів і волонтерів-новачків, які потім були задіяними на Олімпійських та Паралімпійських іграх у Пекіні. Програма заходу містила три розділи під назвами «Молодість і палкість», «Олімпіада і я», «Слава і визнання», де учасники проходили необхідну підготовку до волонтерської



діяльності. Нагадаємо, що у традиційних заходах «Good Luck Beijing» у 2007 та 2008 рр. прийняли участь відповідно понад 5 тис. та 20 тис. волонтерів, що свідчить про необхідність розвитку програм і тренінгів для такої кількості контингенту.

*Проект «Разом із суспільством зроби корисне для Олімпійських ігор у Пекіні – 2008».* Початкова школа Донг Фанг Ді Каі ввела у розклад кілька навчальних курсів: «Як отримувати задоволення від спортивних змагань?», «Написання есе на спортивну тематику», «Олімпійська англійська мова», «Спів олімпійських пісень», «Вивчення значення олімпійського вогню та олімпійського ангела» та ін. Спільно з громадськістю мікрорайону проведено виставку художніх робіт, конкурс олімпійської пісні, спортивний та культурний фестивалі. Метою програми є розвиток у школярів здібностей до розуміння можливостей ефективної комунікації через мистецтво та спорт.

*Проект «Знайди прекрасне в олімпізмі».* Школи надихали школярів створити власний олімпійський журнал, написати історію на тему олімпізму, щоб зосередитися на баченні прекрасного, що може бути у цьому величному явищі.

*Проект «Гармонійний розвиток школярів».* Середня школа Шида заохочує школярів брати участь у всіх спортивних святах та змаганнях, насолоджуватися спортом, удосконалювати уявлення про спортивні цінності, гармонію тіла, духу та розуму відповідно до ідеї «Здоровий дух у здоровому тілі». Учні школи Шида з великим успіхом виступали на спортивних змаганнях серед однолітків, регбійна команда школи представляла Китай на міжнародних змаганнях серед шкіл, а на її шкільному гербі викарбовано девіз «Швидше, вище, сильніше», що символізує повне злиття ідеології школи з олімпійським рухом.

*Проект «Олімпійський день».* За підтримки Організаційного комітету з проведення Ігор XXIX Олімпіади у Пекіні та Міністерства освіти Китаю 7 грудня 2007 р. у пекінській вищій школі Гуангмен проведений захід під назвою «Олімпійський день», де комбінувалися різні традиційні форми олімпійської освіти: ярмарок олімпійської продукції, виготовленої школярами (рис. 3.8), елективне заняття з фізичного виховання (рис. 3.9) та ін.

*«Змагання на олімпійську тематику».* 25 лютого 2008 р. пекінською початковою школою Фенгтаї № 1 відкрито тематичний захід з олімпійської освіти, що тривав протягом зимових канікул. Захід полягав у змаганні сімей школярів за кількома напрямками, що стосувалися олімпізму: культурно-мистецький, спортивний та захист навколишнього середовища. У результаті близько 2700 сімей школярів школи Фенгтаї № 1 взяли участь у

змаганнях, на які були запрошені посол Ямайки у КНР Вейн Мак Кук та Дональд Куоррі – переможець Ігор Олімпіади у Монреалі.



*Рис. 3.8. Ярмарок олімпійської продукції, виготовленої школярами у пекінській вищій школі Гуангмен*



*Рис. 3.9. Елективне заняття з фізичного виховання у пекінській вищій школі Гуангмен*

### **Система гуманістичних цінностей сучасного олімпізму та шляхи її інтеграції в освітній процес**

Як відомо, аксіологічну основу олімпійського руху становлять базові норми і цінності олімпізму, переважну більшість яких опосередковано відображено у принципових положеннях Олімпійської хартії та Кодексу честі олімпійця України (2006). Їх розуміння і сприйняття є обов'язковим атрибутом

людини зі стилем життя, що відповідає ідеалам олімпізму. Проаналізувавши вищезгадані документи, до базових цінностей олімпізму слід віднести:

- урівноваженість якостей тіла, волі і розуму;
- поєднання спорту з культурою та освітою;
- дотримання способу життя, який ґрунтується на радощах, здобутих власними зусиллями;
- сприяння утвердженню мирного суспільства;
- повагу до людської гідності;
- розбудову мирного, кращого світу завдяки вихованню молоді засобами спорту;
- відсутність будь-якої дискримінації;
- взаєморозуміння між націями в дусі дружби і чесної гри;
- повагу до загальних етичних засад (шляхетності, чесності, віри, надії, любові, справедливості, стриманості, доброзичливості, поваги до батьків, розуміння особливої ролі жінок у суспільстві, вміння гідно переносити поразку й образу, допомоги ближньому, звичку ділитися надбаннями з оточуючими);
- почуття колективізму, натхнення, ентузіазм, хоробрість, волю, прагнення вчитися і самовдосконалюватися, самоконтроль, упевненість у собі, вміння працювати з максимальною віддачею;
- неприпустимість злоби і неправди у ставленні до суперників, гніву, заздрості, лінивства, проявів пияцтва, наркоманії, бродяжництва, байдужості, насильства та інших аномальних явищ.

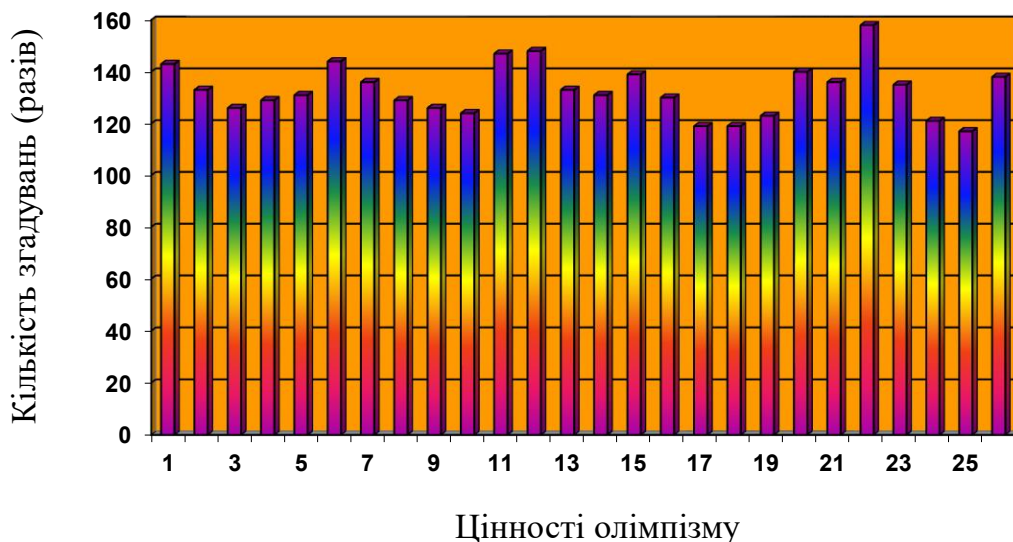
Необхідно відзначити, що зміст вищезгаданих документів повністю не відображає весь обсяг цінностей та ідеалів олімпізму, особливо їх освітнє значення у процесі фізкультурної діяльності. Прищеплення специфічних цінностей через процес освіти повинно сприяти реалізації важливих функцій освіти – формуванню світогляду, вихованню загальнолюдських, особистісних якостей, духовному та естетичному вихованню.

Актуальність проблеми засвоєння цінностей у процесі освіти молоді людини полягає насамперед у поєднанні педагогічних і психологічних поглядів і завдань з філософськими (теорія цінностей) підходами. На додаток до вищезгаданого слід відзначити, що деякі дослідники [ 3; 11; 16] розробили цілу низку класифікацій цінностей: за об'єктом використання (матеріальні, матеріально-духовні); за метою використання (егоцентричні, альтруїстичні); за рівнем узагальнення (абстрактні, конкретні); за способом прояву (ситуативні, нестійкі та пролонговані, стійкі), за характером залучення до діяльності (термінальні, інструментальні); за змістом діяльності (пізнавальні, предметно-перетворювальні); за власним змістом (естетичні, наукові,

релігійні); за соціальною належністю (особисті, групові, колективні, суспільні, загальнолюдські тощо).

Для більш точного визначення особливостей сприйняття цінностей, що стосуються олімпізму та олімпійського руху ми здійснили вивчення і порівняльний аналіз думок вітчизняних та зарубіжних фахівців. Ми опитали шляхом анкетування вітчизняних фахівців сфери фізичного виховання і спорту ( $n = 197$ , з них чоловіків – 140, жінок – 57) віком 20–49 років на базі Сумського обласного інституту післядипломної освіти, факультету післядипломної та додаткової освіти Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка, відділу освіти Охтирської міської ради та зарубіжних фахівців – учасників 47-ї і 48-ї сесій Міжнародної олімпійської академії для молодих учасників ( $n = 238$ , з них: 187 чоловіків та 51 жінка) у м. Олімпія (Греція). Особистий внесок виконавця роботи полягає у безпосередньому проведенні опитування, обробці та інтерпретації результатів дослідження.

Під час визначення думок щодо особливостей сприйняття цінностей олімпізму аналіз здійснювався шляхом додавання кількості респондентів, що дали позитивні відповіді (рис. 3.10).



**Рис. 3.10.** Особливості сприйняття цінностей олімпізму вітчизняними фахівцями: 1 – рівні можливості участі для всіх; 2 – повага до суперників; 3 – співпраця; 4 – соціальні відносини; 5 – дружба; 6 – командний дух; 7 – особистий досвід; 8 – мешкання в колективі; 9 – емоції; 10 – соціальна відповідальність; 11 – колективізм; 12 – рівність; 13 – братерство; 14 – верховенство права; 15 – самовіддача; 16 – можливості (фізичні і психічні); 17 – креативність; 18 – розвага; 19 – виклик самому собі; 20 – самодисципліна; 21 – самопізнання; 22 – покращання здоров'я; 23 – успіх; 24 – винагорода; 25 – пригоди і ризик; 26 – ідеали спортивного духу і чесної гри

Серед інших цінностей відзначено: «рівність» (148 виборів, або 75,1% респондента – 2 рангове місце); «колективізм» (147 виборів, або 74,6% респондента – 3 рангове місце); «командний дух» (4 рангове місце – 144 позитивних вибори, або 73% респондентів); «рівні можливості участі для всіх» (5 рангове місце – 143 вибори, або 72,6% респондентів); «самодисципліна» (6 рангове місце – 140 виборів, або 71,1% респондентів); «самовіддача» (7 рангове місце – 139 виборів, або 70,6% респондентів); на восьмому ранговому місці відзначимо «ідеали спортивного духу і чесної гри» (138 виборів і відповідно 70% респондентів); «особистий досвід» і «самопізнання» (9–10 рангові місця – по 136 виборів); «успіх» (11 місце – 135 виборів); «повага до суперників» і «братерство» (12–13 місця – 133 вибори); «дружба» і «верховенство права» (14–15 рангові місця – вибір 131 респондента); далі названо «можливості (фізичні і психічні)» (16 місце – 130 виборів); «мешкання в колективі» і «соціальні відносини» (17–18 місця – 129 виборів); «співпраця» та «емоції» (19–20 місця – 126 виборів); «соціальна відповідальність» (21 рангове місце – 124 вибори); «виклик самому собі» (22 рангове місце – 123 вибори); «винагорода» (23 рангове місце – 121 вибір); «креативність» і «розвага» (24–25 рангові місця – по 119 виборів); «пригоди і ризик» (останнє – 26 рангове місце – 117 виборів).

Таким чином, для вітчизняних фахівців олімпізм переважно асоціюється з індивідуальною цінністю («покращанням здоров'я»), а також колективними і груповими цінностями («рівність», «колективізм», «командний дух» та «рівні можливості участі для всіх») – 2–5 рангові місця. Достатньо високо цінуються опитаними фахівцями також окремі індивідуальні цінності (6–7 та 9–10 рангові місця) (див. рис. 3.10).

У результаті визначення цінностей олімпізму, які найчастіше згадуються зарубіжними фахівцями, виділено «рівні можливості участі для всіх» як суспільну цінність (87 виборів, або 36,5% – 1 рангове місце) (табл. 3.7).

Таблиця 3.7

### Особливості сприйняття цінностей олімпізму зарубіжними фахівцями

Цінності (ідеали)	Кількість позитивних виборів	Рангове місце
Рівні можливості участі для всіх	87	1
Повага до суперників	63	4–5
Співпраця	48	20–22
Соціальні відносини	53	12–14
Дружба	50	16–18
Командний дух	63	4–5
Особистий досвід	64	3

Мешкання в колективі	49	19
Емоції	62	6
Соціальна відповідальність	55	9–10
Колективізм	57	7
Рівність	56	8
Братерство	47	23–24
Верховенство права	54	11
Самовіддача	53	12–14
Можливості (фізичні і психічні)	55	9–10
Креативність	47	23–24
Розвага	48	20–22
Виклик самому собі	48	20–22
Самодисципліна	44	25
Самопізнання	42	26
Покращання здоров'я	74	2
Успіх	51	15
Винагорода	53	12–14
Пригоди і ризик	50	16–18
Ідеали спортивного духу і чесної гри	50	16–18

Серед інших відзначено: «покращання здоров'я» як базову особисту цінність (74 вибори, або 31,1% респондентів – 2 рангове місце); «особистий досвід» (3 рангове місце – 64 вибори, або 28,6% респондента); «командний дух» і «повага до суперників» (4–5 рангові місця – по 63 вибори, або 26,5% від загальної кількості опитаних); «емоції» (6 рангове місце – 62 вибори, або 26% опитаних); «колективізм» (7 рангове місце – 57 виборів, або 23,5% респондентів); «рівність» (8 рангове місце – 56 виборів); «можливості (фізичні й психічні)» і «соціальна відповідальність» (9–10 рангові місця – по 55 виборів); «верховенство права» (11 рангове місце – 54 вибори); «соціальні відносини», «винагорода» і «самовіддача» (12–14 рангові місця – по 53 вибори); «успіх» (15 рангове місце – 51 вибір); «ідеали спортивного духу і чесної гри», «пригоди і ризик», «дружба» (16–18 рангові місця – по 50 виборів); «мешкання в колективі» (19 рангове місце – 49 виборів); «співпраця», «розвага», «виклик самому собі» (20–22 рангові місця – по 48 виборів); «креативність» і «братерство» (23–24 рангові місця – по 47 виборів); «самодисципліна» (25 рангове місце – 44 вибори) і «самопізнання» (26 рангове місце – 42 вибори, або 17,6% респондентів). Особливістю думок закордонних фахівців є те, що лише від 17,6% до 36,5% з них указали на певну окремо взяту цінність або ідеал (табл. 3.8).

**Порівняльна характеристика думок вітчизняних і зарубіжних фахівців  
щодо особливостей сприйняття цінностей олімпізму**

Цінності (ідеали)	Рангове місце / % від загальної кількості / рівень сприйняття		
	Вітчизняні (n = 197)	Зарубіжні (n = 238)	Загалом (n=435)
Рівні можливості участі для всіх	5/72,6	1/36,5	2/52,9/В
Повага до суперників	12–13/67,5	4–5/26,5	6–7/45,1/ВС
Співпраця	19–20/63,9	20–22/20,2	21–22/40/НС
Соціальні відносини	17–18/65,5	12–14/22,3	16/41,8/С
Дружба	14–15/64,5	16–18/21,0	17/41,6/С
Командний дух	4/73,1	4-5/26,5	3/476/В
Особистий досвід	9–10/69,0	3/28,6	4–5/46,9/ВС
Мешкання в колективі	17–18/65,5	19/206	11–12/42,8/С
Емоції	19–20/63,9	6/26,0	9–10/43,2/С
Соціальна відповідальність	21/62,9	9–10/23,1	19/41,1/С
Колективізм	3/74,6	7/23,6	6–7/45,1/ВС
Рівність	2/75,1	8/23,5	4–5/46,9/ВС
Братерство	12–13/67,5	23–24/19,7	18/41,4/С
Верховенство права	14–15/66,5	11/22,7	13–14/42,5/С
Самовіддача	7/70,6	12–14/22,3	8/44,1/С
Можливості (фізичні і психічні)	16/65,9	9–10/23,1	13–14/42,5/С
Креативність	24–25/60,4	23-24/19,7	26/44,1/Н
Розвага	24–25/60,4	20–22/20,2	24–25/42,5/Н
Виклик самому собі	22/62,4	20–22/20,2	23/38,2/НС
Самодисципліна	6/71,1	25/18,5	15/38,4/С
Самопізнання	9–10/69,0	26/17,6	20/39,3/НС
Покращання здоров'я	1/80,2	2/31,1	1/53,3/В
Успіх	11/68,5	15/21,4	11–12/42,8/С
Винагорода	23/61,4	12–14/22,3	21–22/40/НС
Пригоди і ризик	26/59,4	16–18/21,0	24–25/38,4/Н
Ідеали спортивного духу і чесної гри	8/70,0	16–18/21,0	9–10/43,2/С

На думку вітчизняних фахівців, «покращання здоров'я», «рівність» та «колективізм» є тими цінностями, що згадуються найбільш часто (1–3 рангові місця), тоді як зарубіжні респонденти указували найчастіше на «рівні можливості участі для всіх», «покращання здоров'я» та «особистий досвід» (1–3 рангові місця відповідно). Це свідчить про певні розбіжності в їх думках щодо цього питання (табл. 3.8).

Після представлення відповідей респондентів у вигляді перцентильної шкали за рівнями сприйняття всі цінності було поділено на кілька груп. У результаті високий рівень сприйняття відзначено для таких цінностей

олімпізму, як: «покращання здоров'я», «рівні можливості участі для всіх» та «командний дух»; рівень вище середнього – «повага до суперників», «особистий досвід», «колективізм», «рівність»; до середнього рівня сприйняття – «соціальні відносини», «братерство», «верховенство права», «самовіддача», «можливості (фізичні й психічні)», «самодисципліна», «успіх» та «ідеали спортивного духу і чесної гри». Рівень сприйняття нижче середнього зафіксовано для таких цінностей, як «винагорода», «самопізнання», «виклик самому собі» та «співпраця». Низький рівень сприйняття респонденти відзначили для таких цінностей, як «креативність», «розвага» та «пригоди і ризик» (табл. 3.8).

Одержані результати дають змогу розглядати ті цінності, що сприймаються загалом і вітчизняними, і зарубіжними фахівцями на високому та середньому рівнях, як аксіологічне підґрунтя для виховання дітей шкільного віку. Зазначені цінності були покладені в основу авторського проекту «Пізнай цінності олімпізму», що викладений нижче і пройшов експериментальну перевірку.

### **Спартіанські форми спортивно-гуманістичного виховання у процесі неспеціальної фізкультурної освіти дітей та молоді у Росії**

На території колишнього СРСР після його розвалу почала відбуватися зміна вектора розвитку фізичної культури від тоталітарних, шаблонних форм фізкультурної освіти у напрямку її гуманізації. Розробляються моделі та концепції, що дозволяють посилити роль особистості у процесі фізкультурної освіти. Одну з таких моделей запропонував В. І. Столяров у межах розробленого ним і практично реалізованого з 1991 року проекту під назвою «СпАрт». Слово «СпАрт» (SpArt) можна тлумачити подвійно: 1) як похідне від англійських слів: «**S**pirituality» – духовність, «**S**port» – спорт і «**A**rt» – мистецтво; 2) як аббревіатуру з перших букв російських слів у виразі «соревнования приверженцев активного разностороннего творчества». Проект також часто називають спартіанською системою культурно-спортивної роботи [14; 15].

Світова практика фізкультурної освіти містить низку подібних систем для молоді [30; 55; 59]. Особливостями, що відрізняють спартіанську систему від інших, на нашу думку, є такі:

1) органічне поєднання спорту, мистецтва й інших видів діяльності з метою створення умов для гармонійного, всебічного розвитку особистості,



що збігається з цілями неспеціальної фізкультурної освіти молоді;

2) використання різноманітних за способом організації спортивних ігор і змагань для підвищення привабливості й доступності для осіб різної статі, віку, фізичного стану тощо. Паралельне застосування зі спортивними іграми і змаганнями психотехнічних, психокорекційних, творчих, інтелектуальних ігор; ігрових тренажерів, які дозволяють поєднати для дітей комп'ютерні ігри, додавши до них фізичні навантаження; рухливих, сюжетних і пригодницьких ігор; традиційних спортивних ігор, що модифіковані з урахуванням віку, фізичного стану учасників; змагань з естетичною, художньою спрямованістю; народних ігор та забав з національних видів спорту тощо. Тут використовується не тільки традиційна, але й нові моделі організації змагань, які передбачають істотну модифікацію їх програми й системи визначення переможців (наприклад, у «кооперативних іграх» урахуються досягнення не окремих учасників або команд, що змагаються, а всіх учасників, які об'єднані в одну команду);

3) створення умов для участі у змаганнях осіб з обмеженими можливостями разом з іншими.

Метою спартіанської технології є: сприяти духовному й фізичному оздоровленню дітей і молоді, їх активній участі в різноманітних формах творчої соціально корисної діяльності, включаючи спорт і мистецтво, формуванню й розвитку орієнтації на духовно-моральні цінності у відносинах людей один з одним та з природою, залученню до загальнолюдських цінностей, а разом з тим відродженню й розвитку кращих людських рис – доброти, милосердя, високої духовності в поєднанні з фізичною силою, здоров'ям і талановитістю в різних видах діяльності (рис. 3.11).

Спартіанська технологія передбачає комплекс освітніх і культурних форм роботи в системі оздоровлення, виховання й організації дозвілля дітей і молоді (див. рис. 3.11): організація й проведення спартіанських ігор, створення й організація роботи спартіанських клубів (шкіл, ігротек, ігрових таборів), залучення дітей і молоді до спартіанського руху.

Спартіанські ігри унікальні за своєю програмою, системою визначення переможців, складом учасників. На цих іграх спорт гармонійно сполучається з мистецтвом, усіляко заохочується поведінка учасників відповідно до критеріїв духовності, моральності й краси. Основними завданнями, що ставляться перед спартіанськими іграми, є вказані нижче за текстом [12]. Ми розподілили їх на три групи (див. рис. 3.11).



*Рис. 3.11. Структура спартіанської технології духовного й фізичного оздоровлення дітей та молоді*

Загальним завданням ігор є забезпечити активний, творчий відпочинок і спілкування дітей та молоді.

Фізкультурноосвітніми завданнями є:

а) підвищити орієнтацію на духовно-моральні й естетичні цінності змагальної діяльності, перешкодити бажанню перемогти за всяку ціну, проявам брутальності, насильства, агресивності, націоналізму тощо;

б) змінити орієнтацію учасників ігор із зовнішніх цінностей (демонстрація переваги над супротивником, перемога над ним й одержання пов'язаних з цією перемогою коштовних призів, нагород, інших матеріальних благ) на внутрішні, духовно-моральні цінності (лицарську поведінку, красу дій і вчинків, гармонійний духовний і фізичний розвиток, усебічний і творчий прояв своїх здібностей, подолання самого себе, самовдосконалення тощо);

в) сприяти залученню молоді до здорового способу життя й фізичної культури, підвищенню фізкультурно-спортивної активності тих з них, хто захоплюється мистецтвом, наукою, іншими видами духовної, творчої діяльності;

г) підвищити орієнтацію юних спортсменів на гуманістичні ідеали й цінності (у тому числі на принципи «фейр плей» («чесної гри») та інші ідеали олімпізму), пробудити в них інтерес до різних видів художньої, інтелектуальної діяльності (мистецтва, науки тощо) і сприяти їх залученню до цих духовно-творчих видів діяльності.

Розвиваючими завданнями є:

а) дати можливість учасникам ігор спробувати свої сили й виявити свої здібності в різних видах творчої діяльності – у спорті, мистецтві, технічній творчості для того, щоб обрати ту сферу діяльності, що їм найбільше подобається і в якій вони з найбільшою віддачею можуть виявити свої здібності, а на основі цього окреслити програму самовдосконалення;

б) сприяти збереженню й розвитку національної культури.

Центральним елементом спартіанських ігор є комплекс змагань і конкурсів під назвою «СПАРТ». Змагання й конкурси, що входять до цих ігор, гармонійно поєднують спорт з мистецтвом, з іншими видами духовно-творчої діяльності, підібрані так, щоб на їх основі можна було порівняти й оцінити параметри як фізичного, так і духовного розвитку учасників ігор: їх фізичну підготовленість, наполегливість, спортивну й художню майстерність, творчі здібності, знання тощо [9].

До програми спартіанських ігор входять змагання «СпАрт», які неодноразово були використані під час організації та проведення цих ігор у Росії. Фізкультурноосвітній характер серед них мають кілька. Серед таких змагань під назвою «СПАРТ-візитка». У цьому змаганні кожен учасник (команда або окрема особа) представляє «візитну картку», але не звичайну, а «спартіанську». Роль «візитки» виконують художньо-театралізований виступ і художньо оформлений стенд. З їх допомогою учасник повинен представити себе іншим учасникам, журі, глядачам, продемонструвати свою фізичну підготовленість, спортивну й художню майстерність, знання, творчі здібності і свою прихильність ідеям спартіанського руху: розуміння й підтримка принципів спартіанської поведінки у змаганнях, «спартіанської» ідеї об'єднання спорту й мистецтва тощо [14]. Такий виступ звичайно містить: представлення учасника, його атрибутики (назви, емблеми, талісмана, девізу, пісні, танцю); демонстрацію спортивної й художньої

майстерності; демонстрацію знань у галузі спорту, мистецтва, олімпійського, спартіанського та інших спортивно-гуманістичних рухів; демонстрацію «фірмового» змагання (оригінальної гри).

Інше змагання, що може бути включене до програми спартіанських ігор молоді, – це «Спарт-багатоборство», що може бути проведене у вигляді «СПАРТ-двоборства»: Спорт + Арт (спортивні змагання + художні конкурси); «СПАРТ-триборства»: Спорт + Арт + Знання (Інтелект) (спортивні змагання + художні конкурси + конкурси знавців); «СПАРТ-чотириборства»: Спорт + Туризм + Арт + Знання (Інтелект) [13]. Воно містить традиційні спортивні змагання, конкурси. Характер цих змагань і конкурсів залежить від місця й тривалості проведення ігор, можливостей організаторів, складу учасників, їх віку, підготовленості, особливостей фізичного стану, розумового розвитку та ін. Загалом до програми спартіанського багатоборства можуть бути включені будь-які спортивні змагання й художні (творчі) конкурси, наприклад змагання з легкої атлетики, плавання, конкурси співаків, танцюристів, музикантів тощо.

Наступне спартіанське змагання під назвою «СПАРТ-орхестрика» (мистецтво руху) містить певні критерії визначення переможців [10]: 1) гнучкість, спритність, координація рухів, сила, влучність та інші фізичні якості й рухові здібності; 2) уміння творчої та естетичної демонстрації цих якостей і здібностей; 3) почуття ритму й музики у рухах, краса й пластика руху (здатність у рухах виражати почуття, переживання).

До програми спартіанських ігор може бути включене й ще одне змагання під назвою «Спарт-дуель», де кожен учасник викликає інших на «дуель». У цій дуелі він використовує заздалегідь підготовлену спартіанську «зброю»: а) задає питання, що стосуються спорту, мистецтва, культури, народних звичаїв, традицій; б) демонструє унікальний трюк, пов'язаний з мистецтвом або спортом (це може бути, наприклад, гра на незвичайних музичних інструментах; незвичайний спосіб малювання; унікальна здатність до лічби, запам'ятовування; оригінальний фокус, стрибок, кидок тощо); в) пропонує придумане оригінальне змагання. Інші учасники повинні спробувати відповісти на задані ним питання, повторити трюк і виграти запропоноване змагання (у ньому може виступити будь-який учасник; за наявності кількох бажаючих суперник учасника, що запропонував змагання, визначається за жеребом). До участі у цьому спартіанському змаганні можуть допускатися й глядачі [1].

У програмі спартіанських змагань у Росії можуть бути використані так звані «нові ігри». Для позначення цих ігор іноді використовують інші терміни: «творчі ігри», «ігри довіри», «ігри співробітництва». У «нових іграх», на

відміну від звичайних спортивних змагань, можуть спільно й за однакових умов брати участь люди різного віку, статі, фізичного стану. Крім того, будь-який глядач може стати гравцем, кожен гравець з власної ініціативи може задавати тон гри, змінювати її характер, тобто виконувати функцію керівника гри. Такі ігри орієнтують учасників не на пристосування до наперед установлених зразків поведінки, а на виявлення й розкриття своїх потенційних можливостей. Вони спрямовані на задоволення, радість, тому що головне в них – сам процес гри, рухової активності, а не її результат. Усе це орієнтує учасників «нових ігор» на співробітництво, а не на конкуренцію, на боротьбу із собою, а не із суперником, виключає прояви агресивності й насильства.

Іншою формою фізкультурної освіти молоді в межах спартіанського руху у Росії є спартіанський клуб, що, як правило, створюється на базі загальноосвітньої або спеціалізованої школи (ДЮСШ, музичного училища, школи-інтернату та ін.), палацу творчості для дітей і молоді, одного або кількох ВНЗ, за місцем проживання тощо. Членами клубу можуть бути особи різного віку, різних захоплень, різної фізичної підготовленості й фізичного стану. Клуб має свій статут, назву, емблему, девіз та іншу атрибутику (зокрема для членів клубу може передбачатися певна форма одягу) [15].

Одним із завдань спартіанської освіти членів клубу є їх оздоровлення. При цьому кожен клуб може сам обрати ту систему (технологію) оздоровлення, що вважається найбільш ефективною.

Наступним завданням є сформувати орієнтацію на самовдосконалення, усебічний розвиток, навчити прийомів самовиховання, розвитку здібностей, передусім методів регуляції й корекції фізичного й психічного стану (на основі фізичних вправ, масажу, системи харчування, медитації тощо), які дозволяють домогтися оптимального рівня здоров'я, фізичного й інтелектуального розвитку.

Для вирішення освітніх завдань спартіанської освіти у Росії можуть бути використані [4; 7]: засоби пластико-ритмічної, антистресової пластичної, художньої гімнастики, технологія фізкультурно-оздоровчої роботи, застосована в Нижньгородському інженерно-будівельному інституті, розроблена автором проекту «СпАрт» методика творчого вирішення учнями завдань викладача, пов'язаних з виконанням певних фізичних вправ (стрибків, кидків, пересувань і тощо), а також демонстрацією фізичних якостей і рухових здібностей (сили, гнучкості, координації рухів, влучності та ін.); форми й методи олімпійської освіти: «олімпійські уроки (бесіди)»; конкурси знавців олімпізму; олімпійський день; виготовлення олімпійської символіки, фільмів, слайдів, проведення конкурсів малюнків, фотографій, театральні постановки на

спортивну й олімпійську тематику; «олімпійські КВВ»; оформлення стендів, фотовітрин на олімпійську тематику; проведення диспутів, дискусій, конференцій, вікторин з олімпійської тематики, обговорення цікавих книг або фільмів, присвячених спорту; зустрічі з відомими спортсменами, учасниками Олімпійських ігор, тренерами збірних команд; організація шефської допомоги ветеранам спорту, що були олімпійцям, та ін.

Таким чином, на підставі аналізу форм фізкультурної освіти молоді, що застосовуються в межах спартіанської технології, ми виділили її специфічні принципи: посилення уваги до особистості кожної людини як до вищої соціальної цінності; перетворення учня з об'єкта соціально-педагогічного впливу педагога на суб'єкта активної творчої діяльності на основі розвитку внутрішніх мотивів до самовдосконалення, здатності до інтелектуальної й критичної діяльності, спрямованої на глибоке усвідомлення ролі й значення своїх вчинків; формування у людини мотивації до гармонійного розвитку особистості; демократизація у відносинах викладача з учнями; свобода вибору форм занять, їх інтенсивності тощо.



1. Арнольд П. Соревновательный спорт, победа и воспитание / П. Арнольд // Гуманистическая теория и практика спорта / Рос. гос. акад. физ. культуры, Гуманитар. центр «СпАрт» ; Сургут. гос. ун-т. – М. ; Сургут, 2000. – Вып. 3 : Спортивно-гуманистическое воспитание детей и молодежи. – С. 131–148.

2. Булатова М. М. Олімпійська освіта у системі навчально-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів України / М. М. Булатова, В. М. Єрмолова. – К. : Олімп. л-ра, 2007. – 44 с. – (Навчальне видання).

3. Бех І. Д. Цінності як ядро особистості / І. Д. Бех // Цінності освіти і виховання / [за ред. О. В. Сухомлинської]. – К., 1997. – С. 8–12.

4. Бех І. Д. Духовні цінності в розвитку особистості / І. Д. Бех // Педагогіка і психологія. – 1997. – № 1. – С. 130–137.

5. Бондаревская Е. В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания / Е. В. Бондаревская, С. В. Кузьневич. – Ростов-на-Дону : Творч. центр «Учитель», 1999. – 560 с.

6. Гуманистическая теория и практика спорта : сб. Вып. I : Международный спорт и олимпийское движение с позиции гуманизма : сб. / [сост. и ред. : В. И. Столяров, С. И. Курило, Е. В. Стопникова]. – М. : МГИУ, 2000. – 302 с.

7. Егоров А. Г. «СпАрт» на Смоленщине / А. Г. Егоров, А. Ф. Савельев, О. В. Шапоренкова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2001. – № 1. – С. 53.

8. Литвин А. Т. Исторические предпосылки и теоретико-методологические основы современной системы физического воспитания : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. физ. восп. : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / А. Т. Литвин. – К., 2008. – 22 с.

9. Макарова О. С. «Приключения в стране игр» : спортивно-игровая программа на материале подвижных и спортивных игр / О. С. Макарова // Соревнование и спорт в системе гуманистического воспитания детей / Гуманитар. центр «СпАрт» РГАФК. – М., 2002. – Вып. 2. – С. 241–261.

10. Олимпизм, олимпийское движение, Олимпийские игры (история и современность) // Материалы XIV Олимпийской научной сессии молодых ученых и студентов России, 29–30 янв. 2003 г. – М. : Сов. спорт, 2003. – С. 28–42.

11. Смакула А. И. Формирование ценностного отношения будущих учителей к физической культуре : метод. пособие / А. И. Смакула. – Измаил, 2002. – 82 с.

12. Спартианская библиотека : сб. Вып. 1 : Спартианское движение – детище России и международное достояние / [сост. и ред. : В. И. Столяров, Е. В. Стопникова] ; Гуманитар. центр «СпАрт» РГУФК, АНО «Центр развития спартианской культуры». – М. : Физ. культура, 2005. – 190 с.

13. Спорт и СпАрт в системе оздоровления, воспитания и организации досуга студентов : сб. / [сост. и ред. : В. И. Столяров, Е. В. Стопникова, И. А. Логинов] ; Гуманитар. центр «СпАрт» РГУФК. – М., 2003. – 193 с.

14. Столяров В. И. Гуманистический подход к спортивному воспитанию и спортивной культуре: обобщающая концепция и ее применение к дошкольникам / В. И. Столяров, О. В. Козырева // Соревнование и спорт в системе гуманистического воспитания детей / Гуманитар. центр «СпАрт» РГАФК. – М., 2002. – Вып. 2. – С. 3–226.

15. Столяров В. И. Социология физической культуры и спорта (введение в проблематику и новая концепция) : науч.-метод. пособие [для ин-тов и акад. физ. культуры] / В. И. Столяров. – М. : Гуманитарный центр «СпАрт» РГАФК, 2002. – 346 с.

16. Сухомлинська О. В. Цінності в історії розвитку школи в Україні / О. В. Сухомлинська // Цінності освіти і виховання. – К., 1997. – С. 3–8.

17. Томенко О. А. Особливості освітньої діяльності Асоціації учасників Міжнародної олімпійської академії / О. А. Томенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. монографія / [за ред. проф. С. С. Єрмакова]. – Х. : ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – № 10. – С. 124–128.

18. Томенко О. А. Особливості становлення і розвитку Асоціації учасників Міжнародної олімпійської академії / О. А. Томенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. монографія / [за ред. проф. С. С. Єрмакова]. – Х. : ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – № 9. – С. 126–129.

19. Томенко А. А. Особенности становления и развития олимпийского образования в современной практике / А. А. Томенко // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 2. – С. 133–136.

20. Athens 2004 Olympic Games Bid Committee, Athens 2004 Olympic Games Bidding Report. – Athens : Olympic Press, 1997. – 215 p.

21. Australian Sports Commission (2009). Types of Young People Active in Sports [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :  
[http://www.ausport.gov.au/information/asc\\_research/publications/children/\\_young\\_people\\_active\\_in\\_sport](http://www.ausport.gov.au/information/asc_research/publications/children/_young_people_active_in_sport).
22. Beijing Olympic Action Plan. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :  
[http://www.en.beijing-2008.org/76/29/column211612976.shtml\(20.03.2008\)](http://www.en.beijing-2008.org/76/29/column211612976.shtml(20.03.2008)).
23. Beijing 2008 Olympic Games Bid Committee, Beijing 2008 Olympic Games Bidding Report. – Beijing: Olympic Press, 2001. – 239 p.
24. Beijing 2008 Olympic Education Program [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :  
[http://www.en.beijing-2008.cn/education/\(20.03.2008\)](http://www.en.beijing-2008.cn/education/(20.03.2008)).
25. Black D. The Olympic education program of the Vancouver 2010 Winter Games / D. Black // International Olympic Academy. 39<sup>th</sup> Session. – Ancient Olympia, 1999. – P. 125–132.
26. Centers for Disease Control and Prevention. Behavioral Risk Factor Surveillance System Users Guide. 1998 [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :  
[http://www.cdc.gov/BRFSS/technical\\_infodata/surveydata/2008.htm](http://www.cdc.gov/BRFSS/technical_infodata/surveydata/2008.htm).
27. Child and Adolescent Trial for Cardiovascular Health [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж.:  
<http://www.childtrends.org/Lifecourse/programs/ChildandAdolesentTrialforCardiovascularHealth.html>.
28. Child Trends Databank (2007). Participation in School Athletics 1991–2006 [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :  
[http://www.childtrends.databank.org/pdf/37\\_PDF.pdf](http://www.childtrends.databank.org/pdf/37_PDF.pdf).
29. Crawford S. The Olympic 2000 national education program / S. Crawford // International Olympic Academy. 39<sup>th</sup> Session. – Ancient Olympia, 1999. – P. 425–435.
30. Crum B. A critical review of competing physical education concepts / B. Crum // Sport Science in Europe, Current and Future Perspectives. – Aachen : Mayer&Mayer, 1994. – P. 516–533.
31. Current status of health behaviour surveys in 13 European countries, expert meeting on coordination of health behaviour surveys in Europe (HEABE), Helsinki 9–10 May 2003. Report, National Public Health Institute, Finland. – Helsinki. – 237 p.
32. EDU: The Canadian school portal for the Vancouver 2010 Olympic and Paralympic Games [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :  
<http://www.vancouver2010.com>.
33. Fitness Canada. Active living: A conceptual overview. – Ottawa : Government of Canada, 1991. – 167, [1] p.
34. Georgiadis K. The Implementation of Olympic Education Programs at World level / K. Georgiadis // International Olympic Academy. 48<sup>th</sup> International Session for Young Participants. – Ancient Olympia, 2008. – P. 30–39.
35. Georgiadis K. The Olympic education programme of Athoc 2004 and the Hellenic Ministry of Education / K. Georgiadis // International Olympic Academy. 45<sup>th</sup> International Session for Young Participants. – Ancient Olympia, 2005. – P. 115–137.



36. Global Burden of Disease. A comprehensive assessment of mortality and disability from diseases, injuries, and risk factors in 1990 and projected to 2020 [ed. by: Christopher J. L. Murray, Alan D. Lopez]. – 1022 p. [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. : <http://www.globalburden.org>.
37. Helasoja V. The social patterning of health, smoking and drinking in Estonia, Latvia, Lithuania and Finland in 1994–2004 : dissertation / V. Helasoja. – Helsinki, 2008. – 158 p.
38. Henry J. Kids and media at the millennium: A comprehensive national survey of children's media use / J. Henry. – Menlo Park, CA : Kaiser Family Foundation, 1999. – 229 p.
39. Hopper C. Physical activity and nutrition for health / C. Hopper, B. Fisher, K. D. Munos. – Champaign : Human Kinetics, 2008. – 374 p.
40. Landru F. The Games of XXIst Olympiad and the promotion Olympism in Quebec schools / F. Landry // International Olympic Academy. 2<sup>nd</sup> Session for Educationists. – Ancient Olympia, 1980. – P. 348–356.
41. Lauerbach E. The dissemination of Olympic principles in schools / E. Lauerbach // International Olympic Academy. 12<sup>th</sup> Session. – Ancient Olympia, 1972. – P. 102–113.
42. Masumoto N. Olympic education in Japan / N. Masumoto // International Olympic Academy. 8<sup>th</sup> Joint International Session for Presidents or Directors of National Olympic Academies and Officials of National Olympic Committees. – Ancient Olympia, 2006. – P. 230–238.
43. Meta-analysis of the effect of structured exercise training on cardiorespiratory fitness in type 2 diabetes mellitus / N. G. Boule, G. P. Kenny, E. Haddad [et al.] // Diabetologia. – 2003. – № 46. – P. 1071–1081.
44. Muller N. Olympism in education: from the global to the local dimension / N. Muller // International Olympic Academy. 39<sup>th</sup> Session. – Ancient Olympia, 1999. – P. 75–82.
45. Patterns and correlates of physical activity among US women 40 years and older / R. C. Browson, A. A. Eyler, A. C. King [et al.] // American Journal of Public Health. – 2000. – № 90. – P. 264–270.
46. PE4life : developing and promoting quality physical education. – Champaign : Human Kinetics, 2007. – 160 p.
47. Physical activity and public health : A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and American College of Sports Medicine / R. R. Pate, M. Pratt, S. N. Blair [et al.] // Journal of the American Medical Association. – 1995. – № 273. – P. 402–407.
48. Project Active [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. : <http://www.projectactive.org/mission.html>.
49. Rink J. E. Designing the physical education curriculum: promoting active lifestyles / J. E. Rink. – Boston : McGraw-Hill Higher Education, 2009. – 250 p.
50. Taylor W. C. Physical activity interventions in low-income, ethnic minority, and populations with disability / W. C. Taylor, T. Baranowski, D. R. Young // American Journal of Preventive Medicine. – 1998. – № 15. – P. 334–343.
51. Three-year maintenance of improved diet and physical activity. The CATCH cohort / P. R. Nader, E. J. Stone, L. A. Lytle // Archives of Pediatric and Adolescent Medicine. – 1999. – № 153. – P. 695–704.
52. Timperio A. Evidence based strategies to promote physical activity among children, adolescents and young adults: Review and update / A. Timperio, J. Salmon, K. Ball // Journal of Science and Medicine in Sport. – 2004. – № 7. – P. 20–29.

53. U. S. Department of Health and Human Services. Advance data from vital and health statistics. Mean body weight, height and body mass index, United States 1960–2002. – Washington, DC : U. S. Department of Health and Human Services, 2004. – 347 p.

54. Vancouver 2010 Olympic Games Bid Committee, Vancouver 2010 Olympic Games Bid Book. – Vancouver: Olympic Press. – 2003. – 203 p.

55. Walking to school: taking research to practice: new research about why kids don't walk to school yields strategies for increasing their number / [K. A. Heelan, S. A. Unruh, H. J. Combs [et al.] // The Journal of Physical Education, Recreation & Dance. – 2008. – № 8. – P. 34–38.

56. Welk G. J. The Role of Physical Activity Assessments for School-Based Physical Activity Promotion / G. J. Welk // Measurement in Physical Education and Exercise Science. – 2008. – Vol. 12. – P. 184–206.

57. WHO MONICA Project. MONICA Manual. (1998–1999) [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :

<http://www.ktl.fi/publications/monica/manual/index.htm>,URN:NBN:fi-fe19981146.

58. Williams N. F. Fitness in disguise: fitness activities can actually be enjoyed rather than endured / N. F. Williams, J. Germain // The Journal of Physical Education, Recreation & Dance. – 2008. – № 9. – P. 134–139.

59. Woynarowska B. Szkoła promująca zdrowie. Doświadczenia dziesięciu lat. Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zdrowotnej / B. Woynarowska, M. Sokołowska. – Warszawa, 2000. – 289 s.

60. World Health Organization. The global burden of disease: 2004 update. Geneva, World Health Organization, 2008 [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :

[http://www.who.int/topics/global\\_burden\\_of\\_disease/en](http://www.who.int/topics/global_burden_of_disease/en).

## Розділ 4

# СТАН ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКИ ОКРЕМИХ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ



### Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери учнівської молоді

Для визначення особливостей прояву соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери учнівської молоді залежно від статі ми провели вимірювання деяких характеристик: індексу соматичного здоров'я (ІСЗ) (за Г. Л. Апанасенком), індексу рухової активності (ІРА) (Фремінгемське дослідження) та його рівнів, індексу теоретичної підготовленості (ІТП), індексу засвоєння цінностей фізичної культури (ІЗЦ), рівня оволодіння руховими діями (РОРД), свідомої потреби у заняттях фізичною культурою (СВПОТРФК), відповідної мотивації (МОТИВ) та частоти самостійних занять фізичними вправами (САМЗАН).

Для підрахунку індексу теоретичної підготовленості окремо для школярів та студентів I–II курсів ми використали тести із питаннями закритого типу, що охоплювали весь зміст навчального матеріалу з «Фізичної культури» у школі [4] та «Фізичного виховання» у ВНЗ [7]: основні поняття теорії фізичної культури, знання з історії фізичного виховання, історії та сучасності олімпізму, основ здорового способу життя, профілактики захворювань та шкідливих звичок, особливості фізичного розвитку і функціонального стану організму, засоби розвитку рухових якостей, правила безпеки під час занять фізичними вправами, основи гігієни та раціонального харчування, першу допомогу при травмах, обмороженнях та опіках. Тестовий

матеріал було розподілено на блоки відповідно до розділів навчальної програми, а результати переводилися у 12-бальну шкалу.

Індекс засвоєння цінностей фізичної культури визначався також за 12-бальною шкалою й складався з суми балів, отриманих унаслідок оцінювання вчителем фізичної культури або викладачем фізичного виховання (від 1 до 3-х за кожен блок цінностей): інтелектуальних (знання про методи та засоби розвитку фізичного потенціалу людини); рухових (найкращі зразки моторної діяльності, що досягаються у процесі фізичного виховання); технологічних (комплекси методичних і практичних рекомендацій, методики оздоровчого і спортивного тренування, форми організації фізичної активності) і мобілізаційних (здатність до раціональної організації часу).

Рівень оволодіння руховими діями, свідомо потреба у заняттях фізичною культурою, мотивація до занять фізичною культурою й частота самостійних занять фізичними вправами визначалися за трибальною шкалою за допомогою ранжування (від 1-го до 3-х балів) відповідей на питання з використанням модифікованої анкети А. Н. Журавльова [3]. Анкета містила питання, присвячені виявленню структури мотивів та інтересів, які задовольняються в процесі фізкультурно-спортивних занять і факторів, що сприяють підвищенню мотивації до активної діяльності. Модифікація полягала у введенні оцінювання педагогами рівня оволодіння учнівською молоддю руховими діями та визначення обсягу спеціально організованої рухової активності (дод. А).

В основу добору вихідних показників для проведення дослідження покладено уявлення про фізичну культуру особистості, що відображене у базовому визначенні її поняття [9], оскільки саме сприяння її формуванню декларується нами як мета неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Індекси соматичного здоров'я та рухової активності розглядаються як індикатори персоніфіковано-результативного рівня неспеціальної фізкультурної освіти. Показники теоретичної підготовленості, засвоєння цінностей фізичної культури й оволодіння руховими діями відображають змістовно-процесуальний її рівень.

Загалом для всіх обстежених школярів та студентів (n=1281) відзначено статистично вірогідні відмінності між юнаками (n=657) та дівчатами (n=624). За переважною більшістю параметрів показники були вищими у юнаків (від 2% до 21,3%), особливо вірогідною зафіксована різниця у показниках соматичного здоров'я (21,3%), які в обох статей знаходилися на рівні «нижче середнього», та часу рухової активності на високому рівні енерговитрат, тобто організованих високоінтенсивних занять видами спорту та рухової активності (13,8%).

Показник теоретичної підготовленості у юнаків та дівчат також вірогідно відрізнявся. Лише для рухової активності на середньому рівні інтенсивності статистично вірогідних відмінностей не було зафіксовано ( $p > 0,5$ ) (табл. 4.1).

Таблиця 4.1

**Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 8–11 класів та студентів I–II курсів (n=1281)**

Параметри	Статистичні показники							р	різниця (%)
	юнаки			дівчата					
	$\bar{x}$	m	n	$\bar{x}$	m	n			
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,81	0,10	657	3,79	0,10	624	<0,001	-21,3	
Індекс рухової активності (у. о.)	33,4	0,09	460	32,72	0,10	416	<0,001	-2	
РА з малими енерговитратами (год)	8,19	0,04	460	7,39	0,06	416	<0,001	-9,8	
РА із середніми енерговитратами (год)	1,71	0,03	460	1,73	0,04	416	> 0,05	–	
РА з високими енерговитратами (год)	0,63	0,02	460	0,54	0,02	416	<0,001	-13,8	
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,97	0,07	657	5,73	0,07	624	<0,005	-4	
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,41	0,07	657	4,79	0,05	624	<0,001	-11,5	
Оволодіння РД (балів)	2,49	0,02	657	2,29	0,03	624	<0,001	-8,2	
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,50	0,03	657	2,26	0,03	624	<0,001	-9,9	
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,22	0,03	657	2,01	0,03	624	<0,001	-10	
Мотивація до занять ФК (балів)	2,41	0,03	657	2,24	0,03	624	<0,001	-6,7	

Для школярів 8-х класів показники юнаків виявилися також вірогідно ( $p < 0,001-0,01$ ) вищими, ніж у дівчат. Так, індекс соматичного здоров'я став на 17,6% вищим ( $p < 0,005$ ) і відповідав у юнаків «середньому» рівню, а у дівчат – рівню «нижче середнього», індекс рухової активності підвищився на 2,8% ( $p < 0,001$ ), рухова активність на середньому рівні інтенсивності – на 16,4% ( $p < 0,001$ ), рухова активність на високому рівні інтенсивності – на 24,3% ( $p < 0,001$ ), теоретична підготовленість (відповідала оцінці «задовільно») – на 8% ( $p < 0,05$ ), індекс засвоєння цінностей фізичної культури – на 12,2% ( $p < 0,005$ ) (табл. 4.2).

Таблиця 4.2

**Статеві відмінності показників соматичного здоров'я,  
рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння  
руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 8-х класів**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=116)		дівчата (n=125)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	5,16	0,22	4,25	0,21	< 0,005	-17,6
Індекс рухової активності (у. о.)	33,86	0,20	32,91	0,18	< 0,001	-2,8
РА з малими енерговитратами (год)	8,60	0,09	8,58	0,06	> 0,05	–
РА із середніми енерговитратами (год)	1,99	0,06	1,66	0,06	< 0,001	-16,4
РА з високими енерговитратами (год)	0,65	0,03	0,49	0,03	< 0,001	-24,3
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,73	0,15	5,27	0,13	< 0,05	-8
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,79	0,17	5,09	0,15	< 0,005	-12,2
Оволодіння РД (балів)	2,54	0,06	2,47	0,05	> 0,01	–
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,62	0,05	2,36	0,07	< 0,005	-10
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,00	0,06	1,73	0,07	< 0,01	-13,6
Мотивація до занять ФК (балів)	2,65	0,06	2,01	0,07	< 0,001	-24,1

Вірогідно вищими були й інші показники за винятком часу, витраченого на рухову активність на малому рівні інтенсивності, і самооцінки активності на заняттях з фізичної культури, за якими вірогідних відмінностей у показниках юнаків та дівчат не було відзначено (див. табл. 4.2).

Серед дев'ятикласників відмінності у прояві показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери мали іншу тенденцію. Юнаки вірогідно переважали дівчат лише за чотирма компонентами: індексами соматичного здоров'я й рухової активності, руховою активністю на малому рівні енерговитрат та індексом засвоєння цінностей фізичної культури ( $p < 0,0001-0,05$ ), а за показником свідомої потреби у заняттях фізичною культурою різниця мала вигляд тенденції ( $p < 0,01$ ). Індекс соматичного здоров'я молоді відповідав рівню «нижче середнього», а теоретична підготовленість та індекс засвоєння цінностей – оцінці «задовільно» (табл. 4.3).

За руховою активністю на середньому рівні інтенсивності (робота по господарству, прогулянки), навпаки, вірогідно переважали показники дівчат ( $p < 0,001$ ), що становило 20,3%. Тенденція виглядає логічно через традиційно закріплені у соціумі обов'язки та прихильності до такої діяльності у жіночої статі.

За іншими п'ятьма параметрами: руховою активністю на високому рівні інтенсивності, теоретичною підготовленістю, самооцінкою активності на уроках фізичної культури та мотивацією до занять, частотою самостійних занять фізичними вправами вірогідних відмінностей між юнаками і дівчатами не було зафіксовано ( $p > 0,05$ ) (табл. 4.3).

Таблиця 4.3

**Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 9-х класів**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=163)		дівчата (n=167)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,70	0,17	3,91	0,20	< 0,005	-16,8
Індекс рухової активності (у.о.)	33,27	0,16	32,68	0,17	< 0,05	-1,8
РА з малими енерговитратами (год)	8,33	0,08	6,46	0,06	<0,0001	-22,41
РА із середніми енерговитратами (год)	1,62	0,06	1,95	0,06	< 0,001	20,3
РА з високими енерговитратами (год)	0,61	0,03	0,57	0,03	> 0,05	–
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,27	0,11	5,16	0,13	> 0,05	–
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,31	0,14	4,92	0,12	< 0,05	-7,4
Оволодіння РД (балів)	2,33	0,05	2,23	0,06	> 0,05	–
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,39	0,05	2,24	0,06	< 0,01	-6,2
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,12	0,06	2,08	0,05	> 0,05	–
Мотивація до занять ФК (балів)	2,12	0,06	2,13	0,06	> 0,05	–

Для десятикласників нами фіксувалися 7 характеристик за винятком рухової активності та її рівнів (високого, середнього і малого), пілотажне дослідження якої показало низьку точність результатів та велику частку недостовірних відповідей, що можна пояснити віковими

особливостями контингенту респондентів, схильністю старшокласників до девіантної поведінки.

Три показники: індекси соматичного здоров'я та засвоєння цінностей фізичної культури, активність на заняттях були вірогідно вищими у юнаків, різниця становила від 14,1% до 18,2%, тоді як частота самостійних занять мала відмінності лише на рівні тенденції ( $p < 0,1$ ), а за іншими параметрами вірогідних відмінностей не було зафіксовано (табл. 4.4). Такий факт збігається зі спостереженнями інших науковців [2].

Таблиця 4.4

**Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 10-х класів**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=97)		дівчата (n=99)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,98	0,29	4,07	0,24	< 0,05	-18,2
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	6,00	0,19	5,94	0,14	> 0,05	–
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,70	0,25	4,69	0,13	< 0,001	-17,8
Оволодіння РД (балів)	2,51	0,06	2,15	0,07	< 0,001	-14,1
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,28	0,08	2,23	0,07	> 0,05	–
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,28	0,07	2,08	0,07	< 0,1	-8,7
Мотивація до занять ФК (балів)	2,41	0,07	2,36	0,08	> 0,05	–

Одинадятикласники також вірогідно переважали одинадятикласниць за більшістю показників ( $p < 0,001-0,024$ ), особливо за індексом соматичного здоров'я (на 36,3%), що у юнаків відповідав «середньому» рівню, а у дівчат – рівню «нижче середнього». Теоретична підготовленість юнаків та дівчат відповідала оцінці «добре» й вірогідно не відрізнялася у школярів за статевою ознакою ( $p > 0,05$ ). Те саме стосується і рівня мотивації до занять фізичною культурою (табл. 4.5).



Таблиця 4.5

**Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я,  
рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння  
руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 11-х класів**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=100)		дівчата (n=109)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	5,73	0,25	3,65	0,23	< 0,001	-36,3
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	6,57	0,17	6,59	0,19	> 0,05	–
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,80	0,20	4,67	0,11	< 0,001	-19,6
Оволодіння РД (балів)	2,57	0,06	2,34	0,06	< 0,01	-9
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,55	0,06	2,16	0,07	< 0,001	-15,5
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,36	0,07	2,13	0,07	< 0,05	-9,8
Мотивація до занять ФК (балів)	2,48	0,08	2,37	0,08	> 0,1	–

У студентів I курсів кількісно найбільша відмінність (27,1%) спостерігалася за індексом соматичного здоров'я, що вищий у юнаків за дівчат (табл. 4.6).

Таблиця 4.6

**Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я,  
рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння  
руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери студентів I курсів**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=75)		дівчата (n=74)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	3,71	0,26	2,70	0,25	< 0,01	-27,1
Індекс рухової активності (у. о.)	32,81	0,21	32,18	0,22	< 0,05	-1,9
РА з малими енерговитратами (год)	8,18	0,08	8,38	0,07	< 0,1	2,5
РА із середніми енерговитратами (год)	1,39	0,09	1,10	0,07	< 0,01	-20,7
РА з високими енерговитратами (год)	0,59	0,05	0,50	0,05	> 0,1	–
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,79	0,17	5,46	0,18	> 0,1	–
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	4,69	0,14	4,41	0,09	< 0,1	-6,1

Продовження табл. 4.6

Оволодіння РД (балів)	2,55	0,06	2,16	0,07	< 0,001	-15,1
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,61	0,07	2,24	0,09	< 0,001	- 14,2
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,32	0,08	1,89	0,08	< 0,001	-18,5
Мотивація до занять ФК (балів)	2,40	0,08	2,35	0,10	> 0,05	–

Статеві відмінності у показниках соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери студентів-другокурсників полягають у перевазі результатів студентів над показниками студенток за більшістю параметрів, хоча за п'ятьма з них результати статистично вірогідно не відрізнялися (індекс рухової активності, час виконання вправ на високому рівні енерговитрат, теоретична підготовленість, активність на заняттях з фізичного виховання та мотивація до занять фізичною культурою). Лише один із параметрів – час, витрачений на рухову активність середнього рівня інтенсивності, був вірогідно вищий у студенток ( $p < 0,05$ ) (табл. 4.7).

Зауважимо, що за інтегральним показником (індексом рухової активності) результати студентів та студенток II курсу університету вперше вирівнюються, що можна пояснити посиленням уваги дівчат до власної фізичної форми, відвіданням ними фітнес-клубів та самостійних занять руховою активністю.

Таблиця 4.7

**Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери студентів II курсів**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=106)		дівчата (n=50)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,38	0,21	3,60	0,29	< 0,05	-17,8
Індекс рухової активності (у. о.)	33,35	0,18	33,13	0,31	> 0,05	–
РА з малими енерговитратами (год)	7,55	0,07	6,05	0,07	< 0,001	-19,9
РА із середніми енерговитратами (год)	1,76	0,06	2,05	0,12	< 0,05	16,5
РА з високими енерговитратами (год)	0,68	0,04	0,65	0,05	> 0,05	–
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	6,85	0,19	6,96	0,25	> 0,05	–

Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,01	0,13	4,62	0,12	< 0,05	-7,8
Оволодіння РД (балів)	2,58	0,05	2,38	0,09	< 0,05	-7,6
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,63	0,06	2,34	0,12	< 0,05	-11,1
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,36	0,07	2,20	0,11	> 0,05	–
Мотивація до занять ФК (балів)	2,51	0,08	2,54	0,12	> 0,05	–

Якщо проаналізувати результати дослідження взагалі, то рухова активність на середньому рівні інтенсивності вища у дівчат, ніж у юнаків 9-х класів та II курсів, тоді як юнаки у 8-х класів та на I курсів переважали дівчат за цим компонентом, а за підсумками аналізу всіх досліджуваних респондентів вірогідної відмінності між показниками представників різних статей не зафіксовано.

За індексом соматичного здоров'я, як найбільш важливим показником, юнаки вірогідно переважали дівчат на всіх етапах навчальної діяльності (різниця становила від 18,8% до 33,2%).

### **Особливості прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери учнівської молоді на різних етапах навчальної діяльності**

Для виявлення тенденцій і закономірностей, пов'язаних із процесом неспеціальної фізкультурної освіти, залежно від етапів навчального процесу у школі або вищому навчальному закладі, було порівняно показники соматичного здоров'я, рухової активності та її складових, теоретичної підготовленості та мотиваційно-ціннісної сфери школярів та студентів (8–9 класи, 9–10 класи, 10–11 класи, 11 класи – I курси, I–II курси). Це дало можливість простежити вікову динаміку показників, що підлягали вимірюванню (усього 657 юнаків та 624 дівчини).

Порівняння параметрів школярів 8–9 класів свідчить про вірогідне зниження індексу рухової активності (на 1,2%), рухової активності на малому рівні енерговитрат (на 14,1%), теоретичної підготовленості (на 5,1%), індексу засвоєння цінностей фізичної культури (на 5,8%), свідомої потреби у заняттях фізичною культурою та мотивації до таких занять. Тоді як показники соматичного здоров'я і часу на рухову активність на середньому

та високому рівнях не відрізнялися вірогідно, а частка учнів, що самостійно займалася фізичними вправами, була вірогідно більшою у дев'ятикласників ( $p < 0,001$ ), різниця становила 13,1% (табл. 4.8).

Таблиця 4.8

**Відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 8–9 класів**

Параметри	Статистичні показники					
	8 класи (n=241)		9 класи (n=330)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,68	0,15	4,30	0,13	< 0,05	-17,8
Індекс рухової активності (у. о.)	33,37	0,14	32,97	0,12	> 0,05	–
РА з малими енерговитратами (год)	8,59	0,05	7,38	0,07	< 0,001	-19,9
РА із середніми енерговитратами (год)	1,82	0,04	1,79	0,04	< 0,05	16,5
РА з високими енерговитратами (год)	0,57	0,02	0,59	0,02	> 0,05	–
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,49	0,10	5,21	0,08	> 0,05	–
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,43	0,12	5,12	0,09	< 0,05	-7,8
Оволодіння РД (балів)	2,51	0,04	2,28	0,04	< 0,05	-7,6
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,49	0,04	2,31	0,04	< 0,05	-11,1
Частота самостійних занять ФК (балів)	1,86	0,05	2,10	0,04	> 0,05	–
Мотивація до занять ФК (балів)	2,32	0,05	2,13	0,04	> 0,05	–

Ці результати збігаються з даними інших авторів [5] про зниження рухової активності та інтересу до занять шкільною фізичною культурою у дев'ятикласників, що пов'язано з періодом статевого дозрівання, як наслідок девіантної поведінки та появи інших (нешкільних) зацікавлень та соціально значущих факторів життєдіяльності, що не стосуються традиційного здобуття знань, умінь і навичок у навчальному закладі, натомість отримання їх з Інтернет-мережі, журналів, від друзів або знайомих.

В учнів 9–10 класів статистично вірогідних відмінностей не зафіксовано за індексами соматичного здоров'я, засвоєння цінностей, активністю на заняттях фізичною культурою, участю у самостійних заняттях та свідомою потребою у заняттях фізичною культурою ( $p > 0,05$ ) (табл. 4.9).

Таблиця 4.9

**Відмінності прояву показників соматичного здоров'я,  
рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння  
руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 9–10 класів**

Параметри	Статистичні показники					
	9 класи (n=330)		10 класи (n=196)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,30	0,13	4,52	0,19	> 0,1	–
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,21	0,08	5,97	0,12	< 0,001	14,5
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,12	0,09	5,19	0,14	> 0,5	–
Оволодіння РД (балів)	2,28	0,04	2,33	0,05	> 0,1	–
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,31	0,04	2,26	0,05	> 0,1	–
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,10	0,04	2,18	0,05	> 0,1	–
Мотивація до занять ФК (балів)	2,13	0,04	2,39	0,05	<0,001	12,3

Статистично вірогідно вищими (на 14,5%) у десятикласників були показники теоретичної підготовленості, що пов'язано з виконанням вимог теоретичного розділу шкільної програми з «Фізичної культури», вищими у цього контингенту були також показники мотивації до занять – на 12,3% (табл. 4.9).

Описуючи результати вимірювання досліджуваних параметрів, відзначимо збереження попередньої тенденції до відсутності статистично вірогідних відмінностей між показниками учнів 10–11 класів (загалом обстежено 405 школярів) (табл. 4.10). Вірогідно (на 10,2%) вищою в одинадцятикласників була лише теоретична підготовленість ( $p < 0,001$ ) та активність на заняттях ( $p < 0,05$ ), решта показників були однаковими з точки зору математичної статистики.

Таблиця 4.10

**Відмінності прояву показників соматичного здоров'я,  
рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння  
руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів 10–11 класів**

Параметри	Статистичні показники					
	10 класи (n=196)		11 класи (n=209)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,52	0,19	4,65	0,18	> 0,5	–
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,97	0,12	6,58	0,13	< 0,001	10,2
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,19	0,14	5,21	0,12	> 0,5	–

Продовження табл. 4.10

Оволодіння РД (балів)	2,33	0,05	2,45	0,04	< 0,05	5,3
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,26	0,05	2,34	0,05	> 0,1	–
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,18	0,05	2,24	0,05	> 0,1	–
Мотивація до занять ФК (балів)	2,39	0,05	2,42	0,06	> 0,5	–

На відміну від тенденції, характерної для попередніх випадків, різниця у показниках між одинадцятикласниками (n=209) та студентами I курсів вищих навчальних закладів (n=149) характеризується вірогідно нижчими показниками в останніх. Насамперед відзначимо на 30,9% нижчий індекс соматичного здоров'я ( $p < 0,001$ ), що становив в одинадцятикласників  $4,65 \pm 0,18$  бала, а у студентів –  $3,21 \pm 0,18$  бала і відповідав нижчому за середній рівню соматичного здоров'я (табл. 4.11).

Таблиця 4.11

**Відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери (школярі 11 класів – студенти I курсів)**

Параметри	Статистичні показники					
	11 класи (n=209)		I курс (n=149)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	4,65	0,18	3,21	0,18	< 0,001	-30,9
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	6,58	0,13	5,62	0,12	< 0,001	-14,5
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	5,21	0,12	4,55	0,08	< 0,001	-12,6
Оволодіння РД (балів)	2,45	0,04	2,36	0,05	> 0,1	–
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,34	0,05	2,43	0,06	> 0,1	–
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,24	0,05	2,11	0,06	< 0,1	-5,9
Мотивація до занять ФК (балів)	2,42	0,06	2,38	0,06	> 0,05	-1,9

На 14,5% меншим у студентів I курсу виявився і рівень теоретичної підготовленості ( $p < 0,001$ ), також вірогідно нижчим був індекс засвоєння цінностей фізичної культури ( $p < 0,001$ ), а за частотою самостійних занять зафіксовано тенденційно менші показники ( $p < 0,1$ ), що становило 5,9%. Не було зафіксовано вірогідних відмінностей за показниками активності на заняттях, свідомої потреби у заняттях фізичною культурою та мотивації до відповідних занять ( $p > 0,05$ ) (табл. 4.11).

Вищезгадана тенденція пояснюється наслідками стресових ситуацій, що пов'язані з переходом із середньої школи до вищого навчального закладу, адаптацією до умов навчання в університеті, підвищенням навантаження з профілюючих предметів навчального плану, зміною звичного режиму дня (особливо для мешканців студентських гуртожитків). Цей факт вимагає пошуку шляхів завчасної соціально-психологічної адаптації до майбутньої навчальної діяльності, спрямованої на вдосконалення функціональних резервів за допомогою нарощування навчальних навантажень на останніх етапах навчання у вищому навчальному закладі та мінімізація стресових ситуацій на першому курсі.

Результатом завершення процесу адаптації до умов навчання є вірогідна перевага результатів другокурсників (n=156) над результатами першокурсників (n=149) за більшістю параметрів (табл. 4.12). Так, у студентів II курсів вірогідно (на 28,7%) вищим виявився індекс соматичного здоров'я і досяг рівня 11 класів (4,646 балів), індекс рухової активності другокурсників був вищим на 2,4% ( $p < 0,001$ ).

Таблиця 4.12

**Відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери між студентами I–II курсів**

Параметри	Статистичні показники					
	I курс (n=149)		II курс (n=156)		p	різниця (%)
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
Індекс соматичного здоров'я (балів)	3,21	0,18	4,13	0,17	< 0,001	28,7
Індекс рухової активності (у. о.)	32,50	0,16	33,28	0,16	< 0,001	2,4
РА з малими енерговитратами (год)	8,28	0,05	7,07	0,08	< 0,001	-14,6
РА із середніми енерговитратами (год)	1,25	0,06	1,85	0,06	< 0,001	48,9
РА з високими енерговитратами (год)	0,55	0,04	0,67	0,03	< 0,05	22,4
Індекс теоретичної підготовленості (балів)	5,62	0,12	6,88	0,15	< 0,001	22,4
Індекс засвоєння цінностей ФК (балів)	4,55	0,08	4,88	0,10	< 0,01	7,4
Оволодіння РД (балів)	2,36	0,05	2,51	0,05	< 0,05	6,7
Свідома потреба у заняттях ФК (балів)	2,43	0,06	2,54	0,06	> 0,1	–
Частота самостійних занять ФК (балів)	2,11	0,06	2,31	0,06	< 0,05	9,5
Мотивація до занять ФК (балів)	2,38	0,06	2,52	0,07	> 0,1	–

Найбільша різниця на користь другокурсників (48,9%) спостерігалася за часом, що студенти витратили на середньому рівні рухової активності. Та сама тенденція відзначена й для організованих занять високоінтенсивними фізичними вправами ( $p < 0,05$ ; 22,4%) (табл. 4.12), що у підсумку відповідало показнику норми згідно з дослідженнями авторів [8].

Вірогідно вищими були й показники ціннісної сфери другокурсників ( $p < 0,01$ ), активності на заняттях і частоти самостійних занять ( $p < 0,05$ ). Відмінностей не виявлено лише за рівнем мотивації та свідомою потребою у заняттях фізичною культурою (табл. 4.12).

### **Стан соматичного здоров'я школярів та студентів I–II курсів**

Згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я [11], здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів. Школярі та студенти часто недбало ставляться до свого здоров'я, не вживаючи заходів щодо його збереження, підтримки нормального фізичного стану. Тому на сьогодні зростає кількість молоді, яка має хронічні та суттєві відхилення у здоров'ї, кількість тих, хто відносяться до спеціальних медичних груп, що вимагає від педагогів постійного вивчення і контролю за здоров'ям та фізичною підготовленістю учнів та студентів.

Для визначення рівня соматичного здоров'я (РСЗ) ми провели дослідження, в якому взяли участь 976 школярів (476 юнаків та 500 дівчат) 8–11 класів Сумської області: Білопільської ЗОШ I–III ступенів № 3 ( $n=147$ , з них юнаків –  $n=76$ , дівчат –  $n=71$ ); Білопільської спеціалізованої школи I–III ступенів № 1 ( $n=130$ , з них юнаків –  $n=60$ , дівчат –  $n=70$ ); Сумської СШ I–III ступенів № 7 ( $n=128$ , з них юнаків –  $n=63$ , дівчат –  $n=65$ ); Сумської СШ I–III ступенів № 29 ( $n=191$ , з них юнаків –  $n=94$ , дівчат –  $n=97$ ); Сумської СШ I–III ступенів № 25 ( $n=188$ , з них юнаків –  $n=91$ , дівчат –  $n=97$ ); Сумської ЗОШ I–III ступенів № 9 ( $n=192$ , з них юнаків –  $n=92$ , дівчат –  $n=100$ ). Для оцінки рівня фізичного здоров'я ми використовували експрес-систему Г. Л. Апанасенка. Крім одержаного індексу соматичного здоров'я школярів, також кількісно та якісно оцінили показники функціонування серцево-судинної, м'язової та дихальної систем.

Дані табл. 4.13 відображають показники складових індексу соматичного здоров'я школярів Сумської області: масовий, життєвий, силовий індекси та індекс Робінсона, проба Руф'є та ІСЗ, який становить у юнаків – 5,08 бала, у дівчат – 3,97 бала. Таким чином, у досліджуваного



контингенту юнаків та дівчат (школярів 8–11 класів) рівень соматичного здоров'я є нижчим від середнього.

Таблиця 4.13

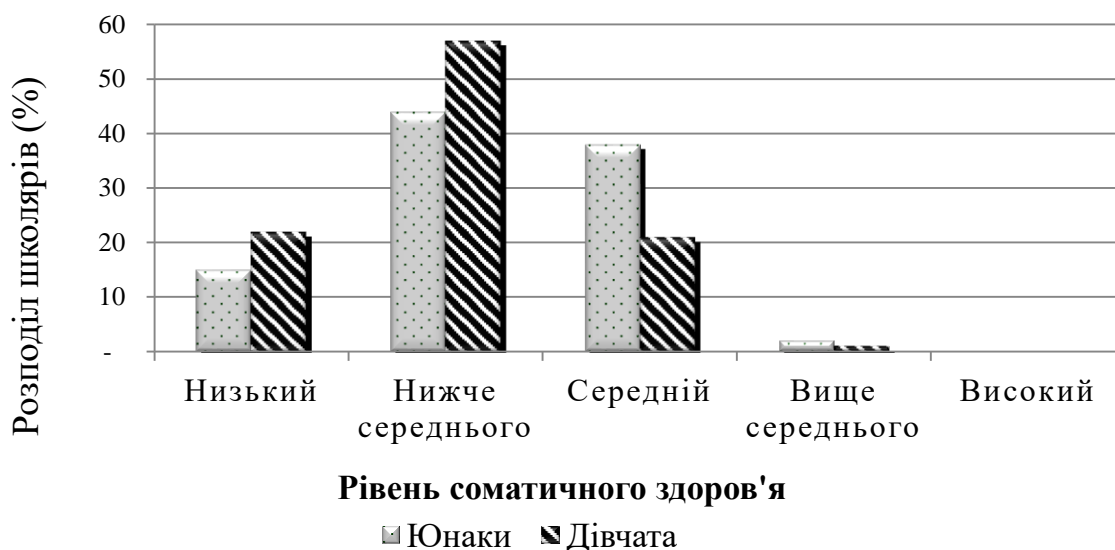
**Показники фізичного розвитку, функціонального стану та рівня соматичного здоров'я школярів 8–11 класів**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=476)			дівчата (n=500)		
	$\bar{x}$	S	бали / рівень	$\bar{x}$	S	бали / рівень
Масовий індекс (кг/м <sup>2</sup> )	21,85	1,80	0/BC	21,25	1,13	0/BC
Життєвий індекс (мл/кг)	51,97	5,47	0,93/НС	46,13	4,39	0,78/НС
Силовий індекс (%)	54,93	6,42	1,94/С	49,03	3,92	2,26/С
Індекс Робінсона (ум. од.)	89,38	4,28	1,07/НС	88,79	3,46	1,13/НС
Індекс Руф'є (балів)	6,56	1,52	1,14/С	7,75	1,73	-0,20/С
Індекс соматичного здоров'я (балів)			5,08/НС			3,97/НС

*Примітки:* НС – нижче середнього; С – середній; ВС – вище середнього

Порівнюючи показники соматичного здоров'я у юнаків та дівчат 8–11 класів, необхідно зазначити, що індекс соматичного здоров'я як інтегральний показник був у юнаків вірогідно ( $p < 0,05$ ) вищим, що становило 21,9%, хоча згідно з нормами цей показник в обох статей відповідає однаковому рівню – нижче середнього.

Кількісний розподіл за рівнями фізичного здоров'я юнаків шкіл Сумської області відображено на рис. 4.1. З досліджуваного контингенту 72 школярі (15%) мають низький рівень, найбільше дітей – 211 (44%) – рівень нижче середнього, 183 (38%) – середній рівень соматичного здоров'я і лише 10 школярів (2%) мають рівень вище середнього. Високий рівень не зафіксовано у жодного юнака.



**Рис. 4.1.** Розподіл учнів 8–11 класів за рівнями соматичного здоров'я ( $n=976$ )

На рис. 4.1 також подано дані рівня фізичного здоров'я дівчат 8–11 класів шкіл Сумської області. Серед досліджуваного контингенту 111 (22%) мали низький рівень, тоді як найбільше – 282 (56%) – рівень нижче середнього, 103 (21%) – середній рівень соматичного здоров'я і лише 4 учениці (1%) продемонстрували рівень вище середнього.

Серед студентів ВНЗ Сумської області було проведено дослідження рівня соматичного здоров'я (РСЗ), в якому взяли участь 913 піддослідних I–II курсів вищих регіону: Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (n=417, з них юнаків – n=72, дівчат – n=345), Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка (n=339, з них юнаків – n=113, дівчат – n=226) та Сумського національного аграрного університету (n=157, з них юнаків – n=53, дівчат – n=104).

Дані табл. 4.14 відображають показники складових індексу соматичного здоров'я студентів окремих ВНЗ Сумської області: масовий, життєвий, силовий індекси та індекс Робінсона, проба Мартіне, обчислений ІСЗ, який становить у юнаків – 3,08 бала, у дівчат – 3,04 бала.

Порівнюючи наші дані з даними оцінки рівня фізичного здоров'я молоді, визначеними авторами [1], можна констатувати те, що у досліджуваного контингенту юнаків та дівчат рівень соматичного здоров'я є нижчим за середній і статистично вірогідно не відрізняється ( $p < 0,05$ ).

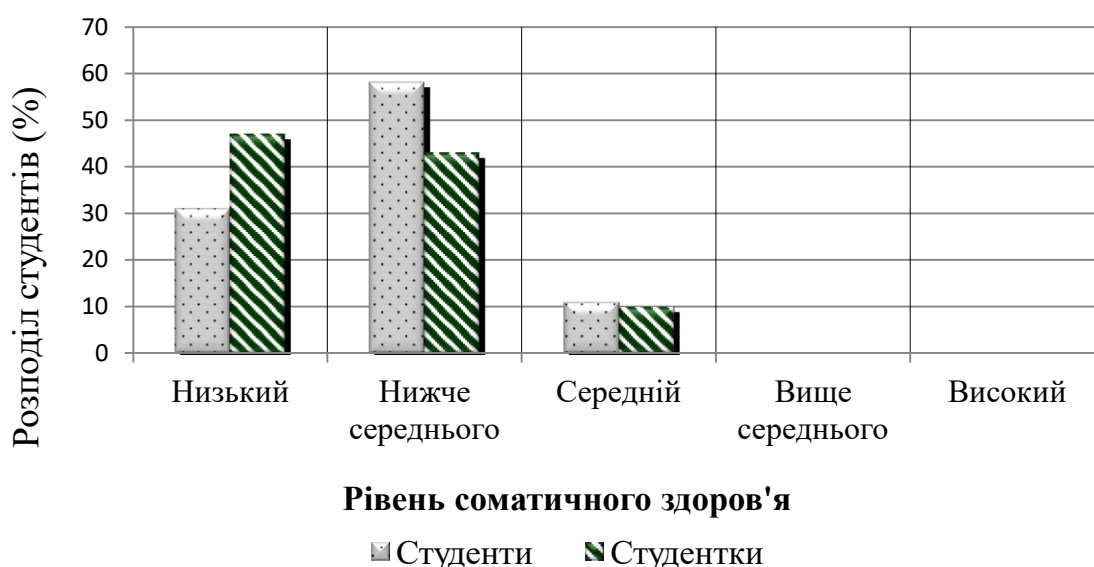
Таблиця 4.14

**Рівень соматичного здоров'я студентів ВНЗ Сумської області та його складові**

Параметри	Статистичні показники					
	юнаки (n=238)			дівчата (n=675)		
	$\bar{x}$	S	бали/ рівень	$\bar{x}$	S	бали/ рівень
Масовий індекс (кг/м <sup>2</sup> )	23,52	2,39	- 0,58/С	23,43	2,01	- 0,61/С
Життєвий індекс (мл/кг)	53,84	6,7	0,40/НС	50,73	6,46	1,45/ВС
Силовий індекс (%)	78,22	9	1,99/ВС	52,39	5,6	1,06/ВС
Індекс Робінсона (у. о.)	90,29	5,21	0,23/С	88,71	3,54	0,34/С
Індекс Мартіне (балів)	148	20,67	1,05/НС	154,9	14,6	0,81/НС
Індекс соматичного здоров'я (балів)			3,08/НС			3,04/НС

*Примітки:* НС – нижче середнього; С – середній; ВС – вище середнього

З обстеженого контингенту 150 студентів (63%) мають низький рівень соматичного здоров'я, 68 (29%) – рівень нижче середнього, 20 (8%) – середній рівень соматичного здоров'я. Вище середнього і високий рівні не було зафіксовано у студентів узагалі (рис. 4.2).



**Рис. 4.2.** Розподіл студентів ВНЗ за рівнями соматичного здоров'я ( $n=913$ )

Крім того, на рис. 4.2 представлено також дані рівня здоров'я студенток ВНЗ Сумської області. З 675 обстежених дівчат низький індекс соматичного здоров'я мали 389, що становило 58%, нижче середнього – 228 (34%) і середній рівень зафіксовано лише у 58 студенток, що становило 9%.

Аналіз відмінностей у соматичному здоров'ї між учнями ( $n=476$ ) та студентами ( $n=238$ ) чоловічої статі свідчить про те, що частка студентів з низьким рівнем соматичного здоров'я на 23% ( $p < 0,05$ ) переважає частку школярів, для рівня нижче середнього зафіксовано подібну тенденцію – на 9% більшою виявилася частка студентів ( $p < 0,05$ ), тоді як із середнім рівнем соматичного здоров'я школярів виявилася на 28% більше, ніж студентів ( $p < 0,05$ ). Крім того, серед школярів зафіксовано 2% із рівнем вище середнього, тоді як серед студентів таких узагалі не було (табл. 4.15).

Таблиця 4.15

**Розподіл молоді чоловічої статі за рівнями соматичного здоров'я на різних етапах навчальної діяльності ( $n=714$ )**

Рівні СЗ	Статистичні показники			
	школярі ( $n=476$ )	студенти ( $n=238$ )	відмінність (%)	p
Низький	72 (15%)	88 (38%)	+23	< 0,05
Нижче середнього	211 (44%)	123 (53%)	+9	< 0,05
Середній	1838%)	23 (10%)	-28	< 0,05
Вище середнього	10 (2%)	–	-2	< 0,05
Високий	–	–	–	–
ІСЗ	5,08	3,08	- 39,4	< 0,05

Загалом рівень соматичного здоров'я у школярів є вірогідно вищим за студентів – на 39,4% ( $p < 0,05$ ), що свідчить про його зниження з переходом юнаків до вищих навчальних закладів. Причин цього явища може бути кілька – від вікових, соціальних до насамперед низького рівня фізкультурно-оздоровчої інфраструктури, складних умов навчання в університетах, підвищених розумових навантажень під час вступу до ВНЗ.

Таблиця 4.16

**Розподілі молоді жіночої статі за рівнями соматичного здоров'я на різних етапах навчальної діяльності (n=1175)**

Рівні СЗ	Розподіл			
	учениці (n=500)	студентки (n=675)	відмінність (%)	p
Низький	111 (22%)	126 (56%)	+34	< 0,05
Нижче середнього	28 (26%)	86 (38%)	- 16	< 0,05
Середній	10 (31%)	15 (7%)	- 14	< 0,05
Вище середнього	4 (1%)	–	- 1	> 0,05
Високий	–	–	–	–
ІСЗ	3,97	3,04	- 23,4	< 0,05

Індекс соматичного здоров'я у студенток порівняно з ученицями 8–11 класів шкіл вірогідно нижчий ( $p < 0,05$ ), а різниця становила 23,4%. Вірогідно більшою у студенток була частка з низьким рівнем соматичного здоров'я, відмінність становила 39%. Із рівнем соматичного здоров'я нижче середнього, навпаки, зареєстровано на 16% більше учениць шкіл, те саме стосується і середнього рівня (21% учениць і 7% студенток). Крім того, 1% мали рівень соматичного здоров'я вище середнього (табл. 4.16).

Таким чином, для юнаків та дівчат зафіксовано вірогідне зниження рівня соматичного здоров'я під час навчання у вищих навчальних закладах, але у юнаків ця тенденція була більш яскраво вираженою (39,4%), ніж у дівчат (23,4%).

**Взаємозв'язок між рівнями рухової активності учнівської молоді на різних етапах навчальної діяльності**

Достатня рухова активність молоді є одним із найважливіших чинників, що забезпечують підтримання не тільки фізичного, а й психічного здоров'я. На різних етапах навчальної діяльності молоді людини рухова активність відіграє визначальну роль у підвищенні розумової працездатності, дозволяє краще адаптуватися до умов вищого навчального закладу або переходу до наступного класу у середній школі.

За Фремінгемською методикою у структурі рухової активності виділяють п'ять рівнів: базовий (БР), сидячий (СІР), малий (МР), середній (СЕР) та високий (ВР), що у цілому становлять інтегральний індекс рухової активності молоді. Кожному з них відповідають певні види фізичної активності. Так, у школярів та студентів: до базового рівня належить сон, відпочинок лежачи; до сидячого – пересування у транспорті, читання, малювання, перегляд телепередач, комп'ютерні ігри, харчування; до малого – особиста гігієна, уроки у школі, заняття в університеті (крім фізичної культури), ходьба; до середнього – домашня робота по господарству, прогулянки, рухливі перерви у школі; до високого – участь у спеціально організованих заняттях фізичними вправами, інтенсивні ігри, біг, катання на ковзанах, лижах тощо [6].

Для визначення того, яким чином рухова активність та її рівні взаємопов'язані між собою в учнівській молоді на різних етапах навчальної діяльності, нами було проведене лонгітюдне дослідження, що тривало з вересня 2005 р. по березень 2010 р. У ньому взяли участь 27 юнаків та 31 дівчина, що у 2005–2008 рр. були учнями 8–10 класів Сумської ЗОШ № 25, а у 2009–2010 навчальному році стали студентами ВНЗ Сумської області. Для оцінки рівня рухової активності використовувалася Фремінгемська методика, що передбачала самозвітність молодих людей про свій режим дня.

Рухова активність визначалася у респондентів у шість етапів: у теплу пору року (початок вересня) і холодну (початок березня) з інтервалом у два роки, починаючи з 8-го класу школи (перший та другий етапи вимірювань), продовжуючи у 10-му класі (третій та четвертий етапи вимірювань) і завершуючи на першому курсі університету (п'ятий та шостий етапи вимірювань). У підсумку був здійснений кореляційний аналіз між рівнями рухової активності окремо та індексом рухової активності у цілому у юнаків та дівчат з визначенням параметричного коефіцієнта кореляції Пірсона.

Таблиця 4.17

**Взаємозв'язок між обсягами рухової активності на сидячому рівні у юнаків протягом періоду дослідження, r**

Етапи вимірювань	1	2	3	4	5	6
	Статистичні показники					
1	1	0,65**	0,55**	0,50**	0,43*	0,40*
2	0,65**	1	0,81***	0,71***	0,74***	0,55**
3	0,55**	0,81***	1	0,79***	0,78***	0,71***
4	0,50**	0,71***	0,79***	1	0,89***	0,78***
5	0,43*	0,74***	0,78***	0,89***	1	0,84***
6	0,40*	0,55**	0,71***	0,78***	0,84***	1

*Примітки:* 1 етап – 8 клас, вересень; 2 етап – 8 клас, березень; 3 етап – 10 клас, вересень; 4 етап – 10 клас, березень; 5 етап – I курс, вересень; 6 етап – II курс, березень; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

Результати свідчать про те, що у юнаків ( $n=27$ ) протягом періоду вимірювань на різних етапах навчальної діяльності спостерігався статистично достовірний позитивний взаємозв'язок між обсягами часу, витраченого на малорухому (сидячу) діяльність – перегляд телепередач, робота за комп'ютером, читання тощо, тобто сидячий рівень рухової активності. Коефіцієнт кореляції між окремими етапами вимірювань досягав 0,89 за високої вірогідності ( $p < 0,0001$ ) (табл. 4.17).

Для юнаків великі обсяги малорухомого способу життя у 8 класі спричиняють збільшення таких у подальшому житті (10 класи, I курс навчання в університеті), аналогічно у десятому класі підвищення обсягів рухової активності на сидячому рівні інтенсивності призводить до їх збільшення протягом подальшої навчальної діяльності (табл. 4.17).

У результаті дослідження рухової активності нами виявлено, що для чоловічої статі важливими періодами є початок та закінчення восьмого класу школи (вік 13–14 років) та десятий клас (15–16 років), коли великі обсяги малорухомого способу життя тісно пов'язані з такими у подальшому житті. Отже можемо заздалегідь впливати на рухову активність юнаків у студентському віці за допомогою їх цілеспрямованої стимуляції до занять фізичними вправами на цих етапах, що сприятиме підвищенню їх активності протягом наступних років навчання в університеті.

У дівчат тих самих вікових груп ( $n=31$ ) протягом лонгітюдного дослідження вірогідні взаємозв'язки між обсягами часу, витраченого на перегляд телепередач, роботу за комп'ютером, спостерігалися лише між першим і другим ( $r=0,56$ ;  $p < 0,05$ ), першим і третім ( $r=0,43$ ;  $p < 0,05$ ), першим і четвертим ( $r=0,39$ ;  $p < 0,05$ ), четвертим і п'ятим ( $r=0,42$ ;  $p < 0,05$ ), четвертим і шостим ( $r=0,42$ ;  $p < 0,05$ ), п'ятим і шостим ( $r=0,87$ ;  $p < 0,001$ ) етапами вимірювань (табл. 4.18).

Таблиця 4.18

**Взаємозв'язок між обсягами рухової активності на сидячому рівні у дівчат протягом періоду дослідження,  $r$**

Етапи вимірювань	1	2	3	4	5	6
	Статистичні показники					
1	1	0,56***	0,43*	0,39*	0,30	0,26
2	0,56***	1	0,24	0,10	0,17	0,16
3	0,43*	0,24	1	0,22	0,26	0,20
4	0,39*	0,10	0,22	1	0,42*	0,42*
5	0,30	0,17	0,26	0,42*	1	0,86***
6	0,26	0,16	0,20	0,42*	0,86***	1

*Примітки:* 1 етап – 8 клас, вересень; 2 етап – 8 клас, березень; 3 етап – 10 клас, вересень; 4 етап – 10 клас, березень; 5 етап – I курс, вересень; 6 етап – II курс, березень; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

Таким чином, для жіночої статі важливими періодами є початок восьмого класу, а також завершення десятого класу, коли малорухомий спосіб життя тісно пов'язаний з таким у подальшому, що є негативним явищем. Тобто за допомогою цілеспрямованої стимуляції дівчат до рухової активності на цих етапах ми можемо опосередковано впливати на їх активність протягом наступних років навчання у школі та університеті.

Розглянувши результати вимірювань щодо сидячого рівня рухової активності у юнаків та дівчат у цілому, відзначимо подібну до викладеної вище тенденцію. Такі дані підтверджують наші передбачення щодо необхідності запобігання малорухомому способу життя студентської молоді та шляхів розв'язання цієї проблеми.

На думку фахівців [8; 10], важливою складовою забезпечення оптимальної рухової активності й компенсації її дефіциту є вправи із середнім рівнем енерговитрат (робота по господарству, рухливі перерви тощо). Наші дослідження засвідчують, що у юнаків не зафіксовано вірогідних зв'язків між руховою активністю на сидячому рівні та середньому рівні за винятком тенденції до негативного зв'язку між обсягом сидячої активності на третьому етапі вимірювань (10 клас) й шостому етапі (другий курс):  $r = -0,37, p < 0,01$ .

Таблиця 4.19

**Взаємозв'язок між обсягами рухової активності дівчат на сидячому та середньому рівнях за етапами вимірювань, r**

Статистичні показники							
Сидячий рівень							
Середній рівень	етапи	1	2	3	4	5	6
	1	-0,30	-0,07	-0,3	-0,10	0,11	0,27
	2	-0,16	-0,21	-0,01	-0,48**	0,04	0,06
	3	0,01	-0,07	-0,10	-0,39*	0,17	0,11
	4	0,04	-0,02	0,11	-0,46**	0,13	0,12
	5	-0,01	0,08	0,03	-0,45**	-0,07	-0,02
	6	-0,21	-0,01	-0,01	-0,56***	-0,06	-0,05

*Примітки:* 1 етап – 8 клас, вересень; 2 етап – 8 клас, березень; 3 етап – 10 клас, вересень; 4 етап – 10 клас, березень; 5 етап – I курс, вересень; 6 етап – II курс, березень; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

Для дівчат ключовим періодом для забезпечення оптимальної рухової активності середнього рівня у студентські роки є рухова активність наприкінці 10 класу школи, що збігається із завершенням статевого дозрівання. Про це свідчить статистично вірогідний зворотний зв'язок між обсягом часу на сидячий спосіб життя наприкінці десятого класу і фізичною

активністю середньої інтенсивності на початку ( $r=-0,45$ ) та після завершення ( $r=-0,56$ ) першого курсу ВНЗ (табл. 4.19).

Тобто ті дівчата, які під час навчання у десятому класі школи великі обсяги часу відводили на перегляд телепередач, відпочинок лежачи, роботу за комп'ютером, через два роки (наприкінці I курсу університету) стали малоактивними в контексті фізичних навантажень середньої інтенсивності (прогулянок, роботи по господарству), що негативно впливає на їх індекс рухової активності.

У юнаків-восьмикласників обсяги рухової активності середнього рівня енерговитрат вірогідно впливають на подальші обсяги згаданої вище активності наприкінці восьмого класу та на початку десятого класу. Залежно від етапу вимірювань коефіцієнт кореляції дорівнював від 0,32 до 0,82, особливо тісний взаємозв'язок відзначено на наступних етапах: 4–5 ( $r=0,76$ ), 4–6 ( $r=0,78$ ), 5–6 ( $r=0,82$ ). Тобто важливим є також етап завершення 10 класу школи, коли слід уживати заходи щодо підвищення обсягів рухової активності із середнім рівнем енерговитрат (табл. 4.20).

Таблиця 4.20

**Взаємозв'язок між обсягами рухової активності на середньому рівні у юнаків за етапами вимірювань,  $r$**

Етапи вимірювань	1	2	3	4	5	6
	Статистичні показники					
1	1	0,49*	0,45*	0,37	0,34	0,32
2	0,49*	1	0,44*	0,29	0,38	0,37
3	0,45*	0,44*	1	0,73***	0,56**	0,47*
4	0,37	0,29	0,73***	1	0,76***	0,78**
5	0,34	0,38	0,56**	0,76***	1	0,82***
6	0,32	0,37	0,47*	0,78***	0,82***	1

*Примітки:* 1 етап – 8 клас, вересень; 2 етап – 8 клас, березень; 3 етап – 10 клас, вересень; 4 етап – 10 клас, березень; 5 етап – I курс, вересень; 6 етап – II курс, березень; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

Високоінтенсивна рухова активність (ВР) у вигляді організованих занять видами спорту у хлопців статистично вірогідно залежить від обсягів попередньої такої активності між усіма етапами вимірювань ( $r$  від 0,49 до 0,80 при  $p < 0,01$ ) залежно від етапу, підвищення ж обсягів високоінтенсивної рухової активності у першій чверті восьмого класу статистично вірогідно позитивно впливало на її рівень лише до десятого класу, а у студентські роки такий зв'язок не був вірогідним ( $p > 0,05$ ).

У юнаків першого курсу від обсягів фізичної активності на високому рівні енерговитрат у восьмому та на початку десятого класів ( $r$  від - 0,39 до



-0,41 при  $p < 0,05$ ) статистично вірогідно протилежно залежить час, проведений на сидячому рівні, що свідчить про необхідність контролю та обмеження пасивного проведення часу восьмикласниками для їх активної життєдіяльності у студентські роки (табл. 4.21). Тобто чим вищими є показники високоінтенсивної рухової активності у восьмому класі школи та на початку десятого, тим менше вони проводять часу на сидячому рівні на першому курсі університету. Для дівчат таких зв'язків не відзначено.

Таблиця 4.21

**Взаємозв'язок між обсягами рухової активності на сидячому та високому рівнях у юнаків за етапами вимірювань,  $r$**

Статистичні показники							
Сидячий рівень							
Високий рівень	Етапи	1	2	3	4	5	6
	1	-0,16	0,02	0,02	-0,11	-0,28	-0,29
	2	-0,18	-0,07	-0,10	-0,19	-0,39*	-0,41*
	3	-0,18	-0,08	-0,10	-0,14	-0,31	-0,34*
	4	-0,21	0,01	-0,10	-0,08	-0,12	-0,3
	5	-0,10	0,07	-0,30	-0,03	-0,17	-0,21
	6	-0,32	-0,25	-0,20	-0,15	-0,22	-0,35

*Примітки:* 1 етап – 8 клас, вересень; 2 етап – 8 клас, березень; 3 етап – 10 клас, вересень; 4 етап – 10 клас, березень; 5 етап – I курс, вересень; 6 етап – II курс, березень; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

Якщо проаналізувати загалом дані юнаків і дівчат ( $n=58$ ), то на обсяг високоінтенсивної рухової активності студентів зворотно впливає час, проведений ними на сидячому рівні у другому півріччі 8 класу ( $r = -0,63$  до  $-0,49$  при  $p < 0,0001$ ) й у десятому класі ( $r = -0,5$  до  $-0,6$  при  $p < 0,0001$ ) (табл. 4.22).

Таблиця 4. 22

**Взаємозв'язок між обсягами рухової активності на сидячому та високому рівнях в учнівській молоді за етапами вимірювань,  $r$**

Статистичні показники							
Сидячий рівень							
Високий рівень	етапи	1	2	3	4	5	6
	1	-0,26	-0,18	-0,10	-0,24	-0,23	-0,22**
	2	-0,35**	-0,27*	-0,20	-0,30*	-0,37**	-0,35**
	3	-0,41***	-0,30*	-0,30*	-0,37**	-0,41***	-0,41***
	4	-0,52***	-0,37**	-0,30*	-0,47***	-0,46***	-0,49***
	5	-0,51***	-0,34**	-0,30**	-0,45***	-0,47***	-0,50***
	6	-0,63***	-0,49***	-0,50***	-0,59***	-0,59***	-0,62***

*Примітки:* 1 етап – 8 клас, вересень; 2 етап – 8 клас, березень; 3 етап – 10 клас, вересень; 4 етап – 10 клас, березень; 5 етап – I курс, вересень; 6 етап – II курс, березень; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

Існує також зв'язок між зазначеними характеристиками на початку та в кінці навчання на першому курсі університету ( $r = -0,6$  при  $p < 0,0001$ ), тому на початку I курсу слід сприяти обмеженню перегляду телепрограм та роботи за комп'ютером у молодих людей. Для більш віддалених у часі результатів зафіксовано лише тенденцію до зворотного взаємозв'язку ( $p < 0,1$ ).

Загалом для всіх обстежених взаємозв'язок між часом, витраченим на високоінтенсивні навантаження, й часом на навантаження середньої інтенсивності є статистично вірогідним і зворотним, особливо коли мова йде про вплив часу занять на середньому рівні рухової активності на високоінтенсивні заняття студентів (5, 6 етапи вимірювань). Тут між усіма етапами ми маємо коефіцієнт кореляції ( $r$ ) від 0,35 до 0,49 ( $p < 0,01$ ) (табл. 4.23).

Цей факт можна пояснити тим, що рухливі перерви, робота по господарству, прогулянки самі по собі є достатньо енергоємними і часто відбувається заміщення ними високоінтенсивних організованих занять фізичними вправами у режимі дня студента, що було також відзначено для молоді Канади у дослідженнях попередників [10].

Таблиця 4.23

**Взаємозв'язок між обсягами рухової активності із середнім та високим рівнями енерговитрат в учнівської молоді за етапами вимірювань,  $r$**

Статистичні показники							
Середній рівень							
Високий рівень	Етапи	1	2	3	4	5	6
	1	-0,19	-0,20*	-0,23*	-0,25*	-0,24*	-0,25*
	2	-0,11	-0,27*	-0,21	-0,25	-0,27*	-0,21
	3	-0,15	-0,27*	-0,21	-0,27*	-0,27*	-0,18
	4	-0,26	-0,37**	-0,37**	-0,38**	-0,36**	-0,26*
	5	-0,25	-0,39***	-0,38**	-0,42**	-0,34**	-0,35**
	6	-0,40**	-0,49***	-0,46***	-0,49***	-0,47***	-0,4**

*Примітки:* 1 етап – 8 клас, вересень; 2 етап – 8 клас, березень; 3 етап – 10 клас, вересень; 4 етап – 10 клас, березень; 5 етап – I курс, вересень; 6 етап – II курс, березень; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

Аналіз проведених досліджень дозволив виділити найбільш типові закономірності рухової активності учнівської молоді й обґрунтувати специфічний принцип – **принцип пролонгованого впливу рухової активності у процесі освітньої діяльності молоді**, що полягає у: вірогідному зворотному впливові часу, витраченого на високоінтенсивну рухову активність на більш ранніх етапах навчальної діяльності (8–10 класи), на обсяги участі в організованих високоінтенсивних заняттях фізичними вправами під час

навчання у ВНЗ (I курс); вірогідному зворотному впливові обсягів сидячої активності й малорухомого способу життя у 8-му класі на обсяг високоінтенсивної фізичної активності у подальшому, починаючи з 10-х класів школи й переходу до ВНЗ, і, навпаки, впливові обсягу часу, витраченого на високоінтенсивні вправи у школярів 8-х класів, що спричиняє зменшення обсягів сидячої роботи за комп'ютером і перегляду телепередач у подальшому.

### **Напрями та характер взаємозв'язків між показниками соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів та студентів I–II курсів**

Для виявлення тенденцій і закономірностей, пов'язаних із процесом неспеціальної фізкультурної освіти школярів та студентів, нами було досліджено взаємозв'язки між показниками соматичного здоров'я, рухової активності та її рівнів, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями та мотиваційно-ціннісної сфери школярів 8–11 класів ( $n=976$ ), з яких 476 юнаків і 500 дівчат, та студентів ( $n=305$ ), з яких 181 юнак й 124 дівчини.

Загалом визначено 11 показників, аналіз взаємозв'язків між якими став основою для обґрунтування принципів неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Для аналізу всі показники було приведено до однієї групи (непараметричних, рангових) шляхом перешкалування параметричних за методом сигмальних відхилень, після чого було застосовано ранговий коефіцієнт кореляції Спірмена( $\rho$ ) та критерій  $\chi^2$ -Пірсона і побудовано таблиці спряженості. Суть аналізу за такими таблицями полягає у автоматичному поділі кожного показника (індекса рухової активності та окремих його рівнів, індексів теоретичної підготовленості та соматичного здоров'я, рівня оволодіння руховими діями, свідомої потреби у заняттях фізичною культурою, мотивації до занять, частоти самостійних занять фізичними вправами) на кілька рівнів (від 3 до 5 залежно від показника) із подальшим співставленням відсоткової кількості результатів між кожним рівнем.

У результаті здійснення кореляційного аналізу визначено, що індекс соматичного здоров'я взаємопов'язаний з усіма досліджуваними характеристиками з вірогідністю ( $p$ ) від 0,0001 до 0,001. Найбільш тісний зв'язок ми спостерігали з ІРА ( $r=0,71$ ), ІЗЦ ( $r=0,71$ ), ВР ( $r=0,69$ ), найменш достовірний – з МР ( $r=0,14$ ), САМЗАН ( $r=0,13$ ).

Серед школярів з низьким рівнем рухової активності 91,3% мали низький рівень соматичного здоров'я, 8,7% нижче середнього і жодного – середній, а серед дітей із середнім рівнем рухової активності 68,89% мали середній і нижче рівень соматичного здоров'я (табл. 4.24).

Таблиця 4.24

**Розподіл показників соматичного здоров'я школярів 8–11 класів з різним рівнем рухової активності ( $\rho=0,71$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=571$ )**

Рівні		Індекс рухової активності (кількість школярів)		
		низький (n=69)	середній (n=405)	високий (n=97)
Індекс соматичного здоров'я (рівні)	низький (%)	91,3	31,11	0
	нижче сер. (%)	8,7	64,2	8,25
	середній (%)	0	4,69	91,75
	вище сер. (%)	0	0	0
	високий (%)	0	0	0
	усього (%)	100	100	100

Близько 67% школярів з низькими показниками часу, витраченого на рухову активність середнього рівня мали низький рівень соматичного здоров'я, лише 2,33% – середній і жодного – вище середнього й високий. Близько 63% школярів із середніми показниками часу, що витрачається на рухову активність середнім рівнем, мають нижче середнього та середній рівні соматичного здоров'я, що свідчить про тісний взаємозв'язок цих параметрів та їх взаємовплив (табл. 4.25).

Таблиця 4.25

**Розподіл показників соматичного здоров'я школярів 8–11 класів з різними обсягами часу, витраченого на рухову активність середнього рівня ( $\rho=0,62$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=571$ )**

Показники		Обсяги рухової активності середнього рівня (кількість школярів)		
		низькі (n=86)	середні (n=340)	високі (n=145)
Індекс соматичного здоров'я (рівні)	низький (%)	67,44	36,18	5,52
	нижче сер. (%)	30,23	63,24	22,76
	середній (%)	2,33	0,59	71,72
	вище сер. (%)	0	0	0
	високий (%)	0	0	0
	усього (%)	100	100	100

У школярів, що мали низькі обсяги часу на високоінтенсивну рухову активність, у 92% випадків ми спостерігали низький рівень соматичного здоров'я й лише у 8% – нижче середнього. Водночас ті діти, які мали середні обсяги високоінтенсивної рухової активності, у 72,8% випадків показували середній і нижчий за середній рівень соматичного здоров'я.

Таким чином, доцільним є застосування високоінтенсивних фізичних вправ та організованих занять видами спорту для запобігання зниженню рівня соматичного здоров'я (табл. 4.26).

Результати проведених досліджень свідчать про те, що індекс рухової активності як інтегральний показник має прямий статистично вірогідний взаємозв'язок з усіма одинадцятьма досліджуваними характеристиками, але найбільш щільним він є з обсягом рухової активності на середньому ( $r=0,73$ ) і високому ( $r=0,72$ ) рівнях, індексом засвоєння цінностей фізичної культури ( $r=0,66$ ), а також індексом соматичного здоров'я.

Таблиця 4.26

**Розподіл показників соматичного здоров'я школярів 8–11 класів з різними обсягами часу, витраченого на рухову активність високого рівня ( $\rho=0,69$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=571$ )**

Показники		Обсяги рухової активності високого рівня (кількість школярів)		
		низькі (n=100)	середні (n=353)	високі (n=118)
Індекс соматичного здоров'я (рівні)	низький (%)	92	27,2	0,85
	нижче сер. (%)	8	64,31	33,05
	середній (%)	0	8,5	66,1
	вище сер. (%)	0	0	0
	високий (%)	0	0	0
	усього (%)	100	100	100

Один із таких взаємозв'язків можна відобразити у табл. 4.27. Серед школярів з високим рівнем засвоєння цінностей 97,1% мали високий рівень рухової активності, середній – 2,9% і жодного – низький. Серед дітей з низьким індексом засвоєння цінностей ми зафіксували лише 0,78% з високим показником рухової активності.

Таблиця 4.27

**Розподіл показників рухової активності школярів 8–11 класів з різним рівнем засвоєння цінностей фізичної культури ( $\rho=0,66$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=571$ )**

Рівні		Індекс засвоєння цінностей (кількість школярів)		
		низький (n=387)	середній (n=115)	високий (n=69)
Індекс рухової активності	низький (%)	17,83	0	0
	середній (%)	81,4	76,52	2,9
	високий (%)	0,78	23,48	97,1
	усього (%)	100	100	100

Показники часу, витраченого на рухову активність з високим рівнем енерговитрат, корелюють з усіма досліджуваними характеристиками

школярів ( $p$  від 0,0001 до 0,01), крім рухової активності з малим рівнем енерговитрат. Коефіцієнт кореляції Спірмена ( $\rho > 0,50$ ): для ІСЗ ( $\rho=0,69$ ), для ІРА ( $\rho=0,72$ ), для ІЗЦ ( $\rho=0,57$ ) та для СВПОТРФК ( $\rho=0,53$ ) (дод. Б).

Проаналізувавши взаємозв'язки індекса засвоєння цінностей фізичної культури (ІЗЦ), слід зазначити, що він статистично вірогідно корелює з усіма показниками ідентично до тенденцій, характерних для студентів. Причому з п'ятьма з них значення коефіцієнта кореляції Спірмена перевищує 0,50. Це доводить, що цей параметр є одним із ключових поряд із ІСЗ, ІРА та СВПОТРФК, що дозволяє обґрунтувати специфічний принцип неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді – принцип пріоритету ціннісного ставлення молоді до фізичної культури (див. дод. Б).

Розглянемо залежність між обсягом рухової активності школярів на високому рівні та індексом засвоєння цінностей як індикатором аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів. Серед школярів із високим рівнем засвоєння цінностей фізичної культури 88,44% мали великі обсяги часу, що відводиться на спеціально організовану рухову активність (високоінтенсивні заняття видами спорту у школі та поза її межами), 11,6% – середні обсяги і жодного – низькі, що підтверджує їх взаємозв'язок (табл. 4.28).

Таблиця 4.28

**Розподіл показників високоінтенсивної рухової активності школярів 8–11 класів з різним рівнем засвоєння цінностей фізичної культури ( $\rho=0,57$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=571$ )**

Показники		Індекс засвоєння цінностей (кількість школярів)		
		низький (n=387)	середній (n=115)	високий (n=69)
Обсяги рухової активності високого рівня	низькі (%)	25,84	0	0
	середні (%)	67,44	73,04	11,59
	високі (%)	6,72	26,96	88,44
	усього (%)	100	100	100

Серед дітей з високим рівнем засвоєння цінностей фізичної культури всього 5,93% мають низький рівень теоретичної підготовленості, 61% – середній, 33% – високий. І навпаки, серед дітей, що погано засвоїли цінності фізичної культури, низько теоретично підготовленими виявилися 35%, 10,1% мали високий рівень (табл. 4.29).

**Розподіл показників теоретичної підготовленості школярів 8–11 класів  
з різним рівнем засвоєння цінностей фізичної культури  
( $\rho=0,35$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=571$ )**

Рівні		Індекс засвоєння цінностей (кількість школярів)		
		низький (n=387)	середній (n=115)	високий (n=69)
Індекс теоретичної підготовленості	низький (%)	35,05	5,59	5,93
	середній (%)	54,79	66,48	61,02
	високий (%)	10,16	27,93	33,05
	усього (%)	100	100	100

Рівень оволодіння руховими діями має вірогідний прямий взаємозв'язок з усіма досліджуваними характеристиками ( $p < 0,001$ ), але у жодному з випадків коефіцієнт кореляції не перевищує межу 0,50, а найбільш щільний зв'язок ми спостерігали зі свідомою потребою у заняттях фізичною культурою ( $\rho=0,46$ ;  $p < 0,0001$ ) (див. дод. Б).

Показники часу, витраченого школярами на рухову активність малого рівня (гігієна, шкільні уроки, крім фізичної культури, ходьба), вірогідно корелюють із ІСЗ ( $\rho=0,14$ ,  $p=0,001$ ), ІРА ( $\rho=0,17$ ,  $p=0,001$ ), ІЗЦ ( $\rho=0,15$ ,  $p=0,001$ ), рівнем оволодіння руховими діями ( $\rho=0,16$ ,  $p=0,0001$ ) та свідомою потребою у заняттях фізичними вправами ( $\rho=0,13$ ,  $p=0,002$ ). З іншими характеристиками статистично вірогідних взаємозв'язків не зафіксовано (див. дод. Б).

Час, витрачений школярами на рухову активність середнього рівня, вірогідно корелює з усіма характеристиками, крім рухової активності на малому рівні, наприклад, з ІРА ( $\rho=0,73$ ,  $p=0,0001$ ) та ІЗЦ ( $\rho=0,59$ ,  $p=0,0001$ ), причому серед учнів з високими показниками часу, відведеного на рухову активність середнього рівня, 97,1% мали високий рівень засвоєння цінностей фізичної культури і лише 8,5% – низький.

Серед школярів з високою частотою самостійних занять фізичними вправами 62,74% мали високий рівень оволодіння руховими діями, 32,18% – середній і лише 4,78% – низький, а ті, хто самостійно займаються фізичними вправами із середньою частотою, у 49,42% випадків мають середній рівень оволодіння руховими діями (табл. 4.30).

Рівень мотивації до занять фізичною культурою вірогідно взаємопов'язаний з іншими характеристиками ( $p < 0,0001$ ), але коефіцієнт кореляції не перевищує 0,22, що відповідає слабкому прямому взаємозв'язку.

Найбільш тісно мотивація пов'язана з рівнем оволодіння руховими діями ( $\rho=0,22$ ) та частотою самостійних занять ( $\rho=0,21$ ) (див. дод. Б).

Таблиця 4.30

**Розподіл показників оволодіння руховими діями школярів 8–11 класів з різною частотою самостійних занять фізичними вправами ( $\rho=0,17$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=976$ )**

Показники		Частота самостійних занять фізичними вправами (кількість школярів)		
		низька (n=229)	середня (n=433)	висока (n=314)
Рівень оволодіння руховими діями	низький (%)	13,54	11,32	4,78
	середній (%)	42,36	49,42	32,18
	високий (%)	44,10	39,26	62,74
	усього (%)	100	100	100

За винятком обсягів рухової активності з малим рівнем енерговитрат такий показник, як частота самостійних занять фізичними вправами позитивно корелює у школярів з іншими 10-ма характеристиками з коефіцієнтом кореляції ( $\rho$ ) від 0,08 до 0,17.

Серед школярів, що займалися регулярно самостійно, 40,7% мали високий рівень свідомої потреби у заняттях фізичною культурою (табл. 4.31), 33,3% – вищий середнього індекс соматичного здоров'я і 38,1% – високий рівень рухової активності, а 40,7% мали високий рівень засвоєння цінностей фізичної культури.

Таблиця 4.31

**Розподіл показників свідомої потреби у заняттях фізичною культурою школярів 8–11 класів з різною частотою самостійних занять фізичними вправами ( $\rho=0,07$ ,  $p < 0,05$ ,  $n=976$ )**

Показники		Частота самостійних занять фізичними вправами (кількість школярів)		
		низька (n=229)	середня (n=433)	висока (n=314)
Свідомо потреба у заняттях фізичною культурою	низька (%)	12,44	12,32	7,21
	середня (%)	43,46	52,41	52,09
	висока (%)	44,10	35,27	40,7
	усього (%)	100	100	100



Серед них: ІСЗ ( $\rho=0,61$ ), ІРА ( $\rho=0,55$ ), ВР ( $\rho=0,53$ ), ІТП ( $\rho=0,58$ ), ІЗЦ ( $\rho=0,61$ ), що підтверджує обґрунтування принципу пріоритету ціннісного ставлення учнівської молоді до фізичної культури. Наприклад, 57,9% школярів з низькою свідомою потребою у заняттях фізичною культурою мають низький рівень соматичного здоров'я (нижче середнього – 42,1%) (табл. 4.32).

Таблиця 4.32

**Розподіл показників соматичного здоров'я школярів 8–11 класів з різною свідомою потребою у заняттях фізичною культурою ( $\rho = 0,61$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=976$ )**

Показники		Свідомо потреба у заняттях фізичною культурою (кількість школярів)		
		низька (n=133)	середня (n=368)	висока (n=475)
Індекс соматичного здоров'я	низький (%)	57,89	32,07	1,26
	нижче сер. (%)	42,11	66,58	60,0
	середній (%)	0	1,35	38,11
	вище сер. (%)	0	0	0,63
	високий (%)	0	0	0
	усього (%)	100	100	100

Серед студентів з низьким рівнем рухової активності усі мали низький рівень засвоєння цінностей фізичної культури і жодного – високий. Інтегральний показник рухової активності (індекс рухової активності) позитивно корелював з такими параметрами, як ІСЗ, СЕР, ВР, ІТП, ІЗЦ, РОРД, СВПОТРФК, САМЗАН ( $p < 0,001$ ), на рівні тенденції з мотивацією до занять фізичною культурою ( $\rho=0,1$ ,  $p=0,7$ ), а із часом, витраченим на рухову активність на малому рівні енерговитрат, відзначено вірогідний зворотний зв'язок ( $\rho=-0,16$ ,  $p=0,005$ ).

Студенти, що мали середній рівень рухової активності, у 100% випадків відрізнялися середнім або нижчим за середній індексом соматичного здоров'я, що свідчить про взаємозв'язок цих параметрів (табл. 4.33).

Серед студентів, що мали високий рівень рухової активності, 69,5% показали високі обсяги часу, витраченого на рухову активність із середнім рівнем енерговитрат, 36,4% – високі показники часу, витраченого на рухову активність з високим рівнем енерговитрат, 100% – високий рівень засвоєння цінностей фізичної культури, що підтверджує взаємозв'язок згаданих вище показників.

**Розподіл показників соматичного здоров'я студентів I–II курсів  
з різною руховою активністю ( $\rho=0,44$ ,  $p < 0,001$ ,  $n=305$ )**

Рівні		Індекс рухової активності (кількість студентів)		
		низький (n=114)	середній (n=108)	високий (n=83)
Індекс соматичного здоров'я	низький (%)	0	0	0
	нижче сер. (%)	100	97,6	50
	середній (%)	0	2,37	50
	вище сер. (%)	0	0	0
	високий (%)	0	0	0
	усього (%)	100	100	100

Характеристикою, що найменш пов'язана у студентів з групою виміряних показників, є рухова активність на малому рівні, яка статистично вірогідно корелює тільки з чотирма показниками – СЕР, ВР, ІТП та МР ( $p$  від 0,0001 до 0,03). За іншими характеристиками статистично вірогідного зв'язку не зафіксовано (див. дод. Б).

Час, витрачений на рухову активність середнього рівня (рухливі перерви, фізкультхвилинки, робота по господарству), корелює з усіма характеристиками, причому з обсягом рухової активності на малому рівні – зворотно ( $\rho=-0,38$ ), але із двома з них (САМЗАН, МОТИВ) – на рівні тенденції ( $p < 0,1$ ). Найбільш тісний зв'язок зафіксовано із ІСЗ та ІРА ( $\rho=0,45$  та  $\rho=0,58$  відповідно) (див. дод. Б). Студенти з високими показниками часу, витраченого на рухову активність середнього рівня, у 72,7% випадків мали високий рівень засвоєння цінностей фізичної культури, а 29,7% – високий рівень теоретичної підготовленості.

Час, витрачений на спеціально організовану рухову активність високої інтенсивності, достовірно корелює з усіма характеристиками, що були виміряні ( $p$  від 0,13 до 0,64) при  $p < 0,0001-0,03$  за винятком рухової активності на малому рівні ( $\rho=-0,12$ ,  $p < 0,03$ ), причому для індексу рухової активності та свідомої потреби у заняттях фізичною культурою коефіцієнт кореляції перевищує рівень 0,50 (див. дод. Б).

Ілюстративним є те, що серед високо теоретично підготовлених студентів 47,4% мають високі показники часу, відведеного на рухову активність високого рівня, а серед низько теоретично підготовлених 61% – низькі, що свідчить про взаємозв'язок між рівнем теоретичних знань й обсягом спеціально організованої рухової активності у студентів (табл. 4.34).

**Розподіл показників часу, відведеного на рухову активність високого рівня, у студентів I–II курсів з різним рівнем теоретичних знань ( $\rho=0,48$ ,  $p<0,001$ ,  $n=305$ )**

Рівні		Індекс теоретичної підготовленості (кількість студентів)		
		низький (n=59)	середній (n=170)	високий (n=76)
Обсяги рухової активності високого рівня	низькі (%)	61,02	15,29	1,32
	середні (%)	37,29	54,71	51,32
	високі (%)	1,69	30	47,37
	усього (%)	100	100	100

Рівень теоретичних знань студентів, що представлений відповідним індексом (ІТП), достовірно прямо корелює з ІСЗ ( $p < 0,05$ ), ІРА, СЕР, ВР, РОРД, СВПОТРФК, САМЗАН та МОТИВ ( $p < 0,001$ ) і зворотно з високою статистичною вірогідністю ( $p < 0,0001$ ) з руховою активністю на малому рівні. Високо теоретично підготовлені студенти у 45,5% випадків мали високий рівень засвоєння цінностей фізичної культури.

Індекс засвоєння цінностей фізичної культури прямо корелює у студентів з усіма перерахованими вище характеристиками, особливо тісно з ІСЗ, ІРА та СЕР (див. дод. Б). Щодо рівня оволодіння руховими діями, то цей показник також прямо корелював з більшістю інших, за винятком ІСЗ та МР, для яких не було зафіксовано вірогідного взаємозв'язку. Найвищий показник коефіцієнта кореляції Спірмена зафіксовано для свідомої потреби у заняттях фізичною культурою ( $\rho=0,46$ ,  $p < 0,0001$ ).

Для такого показника, як свідомо потреба у заняттях фізичною культурою характерним є те, що він не тільки вірогідно пов'язаний з більшістю інших вимірних показників, але й має тісний кореляційний зв'язок ( $\rho > 0,50$ ) з ІРА ( $\rho=0,56$ ), ВР ( $\rho=0,64$ ), ІТП ( $\rho=0,59$ ), що дозволяє розглядати його як один із ключових (див. дод. Б). Серед студентів з високою потребою у заняттях 86,3% регулярно займаються самостійно, 70,6% є високо мотивованими до занять з фізичного виховання, 95,8% – мають високий ІСЗ, 94,7% – високий ІРА, 96,1% високо теоретично підготовлені і у 90,9% мали високий рівень засвоєння цінностей фізичної культури.

Особливістю для студентів є те, що далеко не всі з тих, хто регулярно самостійно займається фізичними вправами, велику кількість

часу витрачають на рухову активність з малими енерговитратами. Між цими показниками у студентів кореляційний зв'язок не є вірогідним (див. дод. Б). Для ІСЗ та рухової активності на середньому рівні енерговитрат відзначено лише тенденцію ( $p < 0,1$ ), а для інших шести характеристик зв'язок не був статистично вірогідним. Рівень мотивації до занять з фізичного виховання загалом взаємопов'язаний з більшістю параметрів, але коефіцієнт кореляції не перевищує 0,23, а з ІРА та СЕР має характер тенденції ( $p < 0,1$ ).

Для визначення напрямів взаємозв'язків між одинадцятьма згаданими вище характеристиками фізичної культури особистості учнівської молоді нами було проведено їх регресійний аналіз, результати якого наведено у вигляді таблиць та множинних регресійних моделей на зразок  $y = a_0 + a_1x_1 + a_2x_2 + \dots + a_mx_m$ , де  $a_0, a_1, \dots, a_m$  – параметри (коефіцієнти) моделі для всіх  $m$ -факторів, що аналізуються. Для оцінки статистичної вірогідності регресійних моделей у процесі обробки результатів у пакеті STATISTICA 5.5 автоматично використовувався критерій Фішера (F).

Напрями й характер залежності індексу рухової активності від інших характеристик мають свою специфіку відповідно до категорії молоді, що навчається (школярі або студенти). Результати регресійного аналізу залежності індексу рухової активності як інтегрального показника рухової складової неспеціальної фізкультурної освіти від показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів подано у табл. 4.35.

У результаті регресійного аналізу нами встановлено, що на величину індексу рухової активності статистично вірогідний позитивний вплив справляє невизначена характеристика (або група характеристик), що за  $a$ -коефіцієнтом дорівнює 25,62. Серед відомих характеристик найбільший вплив на мінливість ІРА робить обсяг спеціально організованої рухової активності з високим рівнем енерговитрат з внеском 59,89%. На 30% меншим є внесок обсягів рухової активності з енерговитратами середнього рівня – 29,47%. Статистично достовірним є також вплив індексу соматичного здоров'я на показник ІРА, що відображає рухову складову неспеціальної фізкультурної освіти школярів (2,21% відповідно).

**Результати регресійного аналізу рухової складової  
неспеціальної фізкультурної освіти школярів**

Характеристики	Статистичні показники			
	β-коэф.	а-коэф.	S <sub>a</sub>	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		25,62	0,145	
Індекс соматичного здоров'я (x <sub>1</sub> )	0,11	0,10	0,021	2,21
РА із високими енерговитратами (x <sub>2</sub> )	0,59	3,41	0,08	59,89
РА з середніми енерговитратами (x <sub>3</sub> )	0,42	1,21	0,039	29,47
Свідома потреба у заняттях ФК (x <sub>4</sub> )	-0,04	-0,13	0,039	0,30
Індекс засвоєння цінностей ФК (x <sub>5</sub> )	0,03	0,04	0,019	0,13
Індекс теоретичної підготовленості (x <sub>6</sub> )	0,02	0,02	0,013	0,04

Регресійна модель рухової складової спеціальної фізкультурної освіти школярів відображена нами нижче і має високу статистичну вірогідність (F=2678,0 при p < 0,0001) (формула 4.1):

$$y=25,62+0,1 x_1+3,41 x_2+1,21 x_3-0,13 x_4+0,04 x_5+0,02 x_6, \quad (4.1)$$

де у – індекс рухової активності (у.о.);

x<sub>1</sub> – індекс соматичного здоров'я (балів);

x<sub>2</sub> – РА з високими енерговитратами (год);

x<sub>3</sub> – РА із середніми енерговитратами (год);

x<sub>4</sub> – свідома потреба у заняттях ФК (балів);

x<sub>5</sub> – індекс засвоєння цінностей ФК (балів);

x<sub>6</sub> – індекс теоретичної підготовленості (балів).

Як свідчать результати регресійного аналізу (табл. 4.36), провідний вплив на мінливість ІРА студентів справляє сформований попередньо рівень соматичного здоров'я, що відображений через відповідний індекс (ІСЗ), далі за значущістю – теоретична підготовленість, внесок якої становив 4,92%, а також свідома потреба у заняттях фізичною культурою (4,25%). Крім того, наявний вільний коефіцієнт регресії, що впливає позитивно й дорівнює 28,7.

**Результати регресійного аналізу рухової складової  
неспеціальної фізкультурної освіти студентів І–ІІ курсів**

Характеристики	Статистичні показники			
	β-коэф.	а-коэф.	S <sub>a</sub>	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		28,7	0,23	
Індекс соматичного здоров'я (x <sub>1</sub> )	0,667	0,59	0,04	90,8
Індекс теоретичної підготовленості (x <sub>2</sub> )	0,155	0,17	0,04	4,92
Свідома потреба у заняттях ФК (x <sub>3</sub> )	0,144	0,39	0,12	4,25

Для студентів I–II курсів регресійна модель рухової складової неспеціальної фізкультурної освіти також є високо вірогідною ( $F=338,13$  при  $p < 0,001$ ) (формула 4.2):

$$y=28,7+0,59 x_1+0,17 x_2+0,39 x_3, \quad (4.2)$$

де  $y$  – індекс рухової активності;

$x_1$  – індекс соматичного здоров'я (у. о.);

$x_2$  – індекс теоретичної підготовленості (балів);

$x_3$  – свідомо потреба у заняттях ФК (балів).

Напрями і характер взаємозв'язків аксіологічної (ціннісної) складової неспеціальної фізкультурної освіти у вигляді індексу засвоєння цінностей фізичної культури з іншими характеристиками відображено нами у регресійних моделях (табл. 4.37, 4.38), що складені окремо для молоді шкільного і студентського віку.

Таблиця 4.37

**Результати регресійного аналізу аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів**

Характеристики	Статистичні показники			
	$\beta$ -коеф.	$\alpha$ -коеф.	$S_a$	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		-5,28	1,28	
Індекс соматичного здоров'я ( $x_1$ )	0,55	0,39	0,04	72,95
Індекс рухової активності ( $x_2$ )	0,33	0,26	0,04	27,05

Регресійна модель аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів є статистично вірогідною ( $F=856,2$  при  $p < 0,001$ ) і відображена нами нижче (формула 4.3):

$$y=-5,28+0,39 x_1+0,26 x_2, \quad (4.3)$$

де  $y$  – індекс засвоєння цінностей ФК;

$x_1$  – індекс соматичного здоров'я (балів);

$x_2$  – індекс рухової активності (у. о.).

За результатами регресійного аналізу видно, що ступінь засвоєння цінностей фізичної культури школярами залежить від двох показників, провідним з яких є індекс соматичного здоров'я (внесок становить близько 73%), а також індекс рухової активності, що дозволяє нам рекомендувати цілеспрямовано впливати на ці характеристики для стимулювання до засвоєння цінностей фізичної культури. Відзначимо, що вільний коефіцієнт рівняння регресії є негативним (-5,28).

Регресійний аналіз довів провідну роль у впливі на мінливість рівня засвоєння цінностей фізичної культури студентами такого фактора, як індекс соматичного здоров'я, вагомий внесок відзначено для часу, витраченого на рухову активність з високим рівнем енерговитрат (6,58%), інші – рівень оволодіння руховими діями (1,2%), індекс рухової активності (1,13%), рухова активність з малими енерговитратами (1,11%) – впливають менше (табл. 4.38).

Таблиця 4.38

### Результати регресійного аналізу аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів

Характеристики	Статистичні показники			
	$\beta$ -коєф.	$\alpha$ -коєф.	$S_a$	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		1,65	1,76	
Індекс соматичного здоров'я ( $x_1$ )	0,95	0,47	0,03	91
РА з високими енерговитратами ( $x_2$ )	-0,26	-0,69	0,21	6,58
Рівень оволодіння руховими діями ( $x_3$ )	-0,11	-0,19	0,06	1,2
Індекс рухової активності ( $x_4$ )	0,1	0,06	0,06	1,13
РА з малими енерговитратами ( $x_5$ )	0,03	0,035	0,03	0,11

Для студентів I–II курсів регресійна модель аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти також є високо вірогідною ( $F=135,89$  при  $p < 0,001$ ) (формула 4.4):

$$y=1,65+0,47 x_1-0,69 x_2-0,19 x_3+0,06 x_4+0,04 x_5, \quad (4.4)$$

де  $y$  – індекс засвоєння цінностей ФК;

$x_1$  – індекс соматичного здоров'я (балів);

$x_2$  – РА з високими енерговитратами (год);

$x_3$  – рівень оволодіння руховими діями (балів);

$x_4$  – індекс рухової активності (у. о.);

$x_5$  – РА з малими енерговитратами (год).

Таблиця 4.39

### Результати регресійного аналізу здоров'язберігаючої складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів

Характеристики	Статистичні показники			
	$\beta$ -коєф.	$\alpha$ -коєф.	$S_a$	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		-13,93	2,02	
Індекс рухової активності ( $x_1$ )	0,34	0,38	0,08	41,84
Свідома потреба у заняттях ФК ( $x_2$ )	0,24	0,81	0,06	20,11
Індекс засвоєння цінностей ФК ( $x_3$ )	0,28	0,39	0,03	27,53
РА із середніми енерговитратами ( $x_4$ )	0,14	0,45	0,12	7,03
РА з великими енерговитратами ( $x_5$ )	0,09	0,55	0,32	2,69

Здоров'язберігаюча складова неспеціальної фізкультурної освіти школярів у вигляді індексу соматичного здоров'я (за Г. Л. Апанасенком) описана нами у регресійній моделі, яка відображена нижче й має високу статистичну вірогідність ( $F=846,13$  при  $p < 0,0001$ ) (формула 4.5), а докладні результати регресійного аналізу подано у табл. 4.39:

$$y = -13,93 + 0,38 x_1 + 0,8 x_2 + 0,39 x_3 + 0,45 x_4 + 0,55 x_5, \quad (4.5)$$

де  $y$  – індекс соматичного здоров'я школярів (балів);

$x_1$  – індекс рухової активності (у. о.);

$x_2$  – свідомо потреба у заняттях ФК (балів);

$x_3$  – індекс засвоєння цінностей ФК (балів);

$x_4$  – РА із середніми енерговитратами (год);

$x_5$  – РА з високими енерговитратами (год).

Згідно з рівнянням множинної регресії з-поміж проаналізованих факторів на мінливість індексу соматичного здоров'я найбільше впливає індекс рухової активності (внесок склав 41,8%), ціннісна складова (ІЗЦ) впливає менше (27,5%), ще на 7% менше (21,1%) – свідомо потреба у заняттях.

Статистично достовірно впливають на мінливість ІСЗ також обсяги рухової активності на середньому та високому рівнях енерговитрат (відповідно 7% та 2,7%). Регресійний аналіз свідчить також про наявність невизначеної характеристики (або їх групи), що впливає на мінливість ІСЗ школярів зворотно.

Для студентів I–II курсів зафіксовано статистично достовірний вплив на ІСЗ вільного коефіцієнта та шести факторів: індексу рухової активності, індексу засвоєння цінностей, свідомої потреби у заняттях фізичною культурою, обсягів рухової активності з малими і середніми енерговитратами, рівня оволодіння руховими діями (табл. 4.40). Провідними з них є індекс засвоєння цінностей фізичної культури – 52,4%, індекс рухової активності та свідомо потреба у заняттях фізичною культурою, сумарний внесок яких становить близько 46%, а цілеспрямований вплив на них дозволить опосередковано впливати на соматичне здоров'я студентської молоді. Відзначимо також слабкий негативний вплив обсягів рухової активності з малими енерговитратами (0,53%) на мінливість ІСЗ студентів I–II курсів.



**Результати регресійного аналізу здоров'язберігаючої  
складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів**

Характеристики	Статистичні показники			
	β-коэф.	α-коэф.	S <sub>a</sub>	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		-13,5	1,14	
Індекс рухової активності (x <sub>1</sub> )	0,294	0,33	0,04	22,9
Індекс засвоєння цінностей ФК (x <sub>2</sub> )	0,445	0,88	0,05	52,4
Свідома потреба у заняттях ФК (x <sub>3</sub> )	0,293	0,89	0,09	22,7
РА з малими енерговитратами (x <sub>4</sub> )	-0,045	-0,1	0,05	0,54
Рівень оволодіння руховими діями (x <sub>5</sub> )	0,047	0,17	0,08	0,58
РА з середніми енерговитратами (x <sub>6</sub> )	0,056	0,16	0,08	0,83

Щодо моделі здоров'язберігаючої складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів слід зазначити, що вона також має високу статистичну вірогідність (F=415,11 при p < 0,0001) (формула 4.6):

$$y = -13,5 + 0,33 x_1 + 0,88 x_2 + 0,89 x_3 - 0,1 x_4 + 0,17 x_5 + 0,16 x_6, \quad (4.6)$$

де y – індекс соматичного здоров'я студентів (балів);

x<sub>1</sub> – індекс рухової активності (у. о.);

x<sub>2</sub> – індекс засвоєння цінностей ФК (балів);

x<sub>3</sub> – свідома потреба у заняттях ФК (балів);

x<sub>4</sub> – РА з малими енерговитратами (год);

x<sub>5</sub> – рівень оволодіння руховими діями (балів);

x<sub>6</sub> – РА із середніми енерговитратами (год).

Регресійна модель теоретичної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів відображена нижче і є високо вірогідною (F=113,31 при p < 0,0001) (формула 4.7), а результати регресійного аналізу подано у табл. 4.41:

$$y = -2,74 + 0,99 x_1 + 0,16 x_2 + 0,095 x_3 + 1,31 x_4, \quad (4.7)$$

де y – індекс теоретичної підготовленості школярів (балів);

x<sub>1</sub> – свідома потреба у заняттях ФК (балів);

x<sub>2</sub> – індекс рухової активності (балів);

x<sub>3</sub> – частота самостійних занять ФК (балів);

x<sub>4</sub> – рівень оволодіння руховими діями (балів).

Теоретична підготовленість школярів найбільш тісно залежала від свідомості потреби у заняттях фізичною культурою, внесок якої у її мінливість становив 78,96%, та індексу рухової активності (18,95%). Відзначимо зворотний вплив невизначеної характеристики (α-коефіцієнт дорівнював -2,74).

Таблиця 4.41

**Результати регресійного аналізу теоретичної складової  
неспеціальної фізкультурної освіти школярів**

Характеристики	Статистичні показники			
	β-коэф.	а-коэф.	S <sub>a</sub>	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		-2,74	0,90	
Свідома потреба у заняттях ФК (x <sub>1</sub> )	0,447	0,99	0,11	78,96
Індекс рухової активності (x <sub>2</sub> )	0,219	0,16	0,03	18,95
Частота самостійних занять ФК (x <sub>3</sub> )	0,05	0,095	0,07	0,81
Рівень оволодіння руховими діями (x <sub>4</sub> )	0,06	0,131	0,10	1,28

Для студентської молоді (I–II курси) регресійна модель теоретичної складової спеціальної фізкультурної освіти полягає у такому (формула 4.8) (F=52,19 при p < 0,001):

$$y = -2,55 + 0,97 x_1 + 0,23 x_2 - 0,28 x_3 + 0,2 x_4 + 0,15 x_5, \quad (4.8)$$

де у – індекс теоретичної підготовленості студентів (балів);

x<sub>1</sub> – свідома потреба у заняттях ФК (балів);

x<sub>2</sub> – індекс рухової активності (балів);

x<sub>3</sub> – РА з малими енерговитратами (год);

x<sub>4</sub> – мотивація до занять (балів);

x<sub>5</sub> – частота самостійних занять ФК (балів)

На теоретичну підготовленість студентів здебільшо впливають ті самі фактори, що й у школярів. Так, цей показник найбільше залежить від індексу рухової активності учнівської молоді та свідомої потреби у заняттях фізичною культурою, внески яких становили 24,1% та 61% відповідно. Малоінтенсивна рухова активність, мотивація до занять та частота самостійних занять також впливали статистично вірогідно, але їх внески були значно меншими (від 1,48% до 10,4%) (табл. 4.42).

Таблиця 4.42

**Результати регресійного аналізу теоретичної складової  
неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів**

Характеристики	Статистичні показники			
	β-коэф.	а-коэф.	S <sub>a</sub>	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		-2,55	1,92	
Свідома потреба у заняттях ФК (x <sub>1</sub> )	0,39	0,97	0,17	61
Індекс рухової активності (x <sub>2</sub> )	0,25	0,23	0,06	24,1
РА з малими енерговитратами (x <sub>3</sub> )	-0,16	-0,28	0,08	10,4
Мотивація до занять ФК (x <sub>4</sub> )	0,09	0,2	0,1	3,01
Частота самостійних занять ФК (x <sub>5</sub> )	0,06	0,15	0,12	1,48

Практична складова неспеціальної фізкультурної освіти може бути відображена у вигляді рівня оволодіння руховими діями школярів та студентів, що визначався за допомогою анкетування педагогів (вчителі фізичної культури, викладачі фізичного виховання) і був індикатором засвоєння життєво важливих рухових умінь і навичок (плавання, бігу, стрибків, гімнастичних рухів, пересувань на лижах, ковзанах тощо).

Таблиця 4.43

**Результати регресійного аналізу практичної складової  
неспеціальної фізкультурної освіти школярів**

Характеристики	Статистичні показники			
	β-коеф.	α-коеф.	S <sub>a</sub>	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		-0,05	0,39	
Свідома потреба у заняттях ФК (x <sub>1</sub> )	0,58	0,56	0,04	95,2
Індекс рухової активності (x <sub>2</sub> )	0,08	0,03	0,01	2,02
Частота самостійних занять ФК (x <sub>3</sub> )	-0,07	-0,06	0,03	1,21
Індекс теоретичної підготовленості (x <sub>4</sub> )	0,06	0,02	0,02	0,9
РА з малими енерговитратами (x <sub>5</sub> )	0,05	0,02	0,02	0,62

Згідно з рівнянням множинної регресії з-поміж проаналізованих факторів на мінливість рівня оволодіння руховими діями школярів найбільше впливає свідома потреба у заняттях ФК; індекс рухової активності впливає менше і посідає друге рангове місце. Найменший вплив справляють частота самостійних занять ФК, теоретична підготовленість і рухова активність з малими енерговитратами (у межах 0,6–1,2%).

Відзначимо також слабкий зворотний вплив частоти самостійних занять фізичними вправами (1,2%) на мінливість оволодіння руховими діями у школярів, що підтверджує принцип поступовості в оволодінні руховими діями. Докладні результати регресійного аналізу подано у табл. 4.43.

Практична складова неспеціальної фізкультурної освіти школярів описана нами у регресійній моделі, яку пропонуємо нижче (формула 4.9). Модель має високу статистичну вірогідність (F=100,95 при p < 0,001):

$$y = -0,05 + 0,56 x_1 + 0,03 x_2 - 0,06 x_3 + 0,02 x_4 + 0,02 x_5, \quad (4.9)$$

де y – рівень оволодіння руховими діями (балів);

x<sub>1</sub> – свідома потреба у заняттях ФК (балів);

x<sub>2</sub> – індекс рухової активності (у. о.);

x<sub>3</sub> – частота самостійних занять ФК (балів);

x<sub>4</sub> – індекс теоретичної підготовленості (балів);

x<sub>5</sub> – РА з малими енерговитратами (год)

Щодо моделі практичної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів слід зазначити, що вона також має високу статистичну вірогідність ( $F=17,659$  при  $p < 0,001$ ) (формула 4.10):

$$y=1,05+0,66 x_1+0,19 x_2+0,04 x_3+0,07 x_4, \quad (4.10)$$

де  $y$  – рівень оволодіння руховими діями студентів (балів);

$x_1$  – індекс соматичного здоров'я (балів);

$x_2$  – частота самостійних занять ФК (балів);

$x_3$  – індекс теоретичної підготовленості (балів);

$x_4$  – мотивація до занять ФК (балів).

Для студентів зафіксовано статистично достовірний вплив на рівень оволодіння руховими діями чотирьох факторів: індексу соматичного здоров'я (42,3%), частоти самостійних занять ФК (37,7%), теоретичної підготовленості (10,2%), мотивації до занять ФК, сумарний внесок яких становить близько 10%, а цілеспрямований вплив на них дозволить опосередковано впливати на оволодіння руховими діями студентської молоді (табл. 4.44).

Таблиця 4.44

#### Результати регресійного аналізу практичної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів

Характеристики	Статистичні показники			
	$\beta$ -коэф.	$a$ -коэф.	$S_a$	Внесок (%)
Вільний коефіцієнт		1,05	0,3	
Індекс соматичного здоров'я ( $x_1$ )	0,24	0,66	0,02	42,3
Частота самостійних занять ФК ( $x_2$ )	0,23	0,19	0,05	37,7
Індекс теоретичної підготовленості ( $x_3$ )	0,12	0,04	0,02	10,2
Мотивація до занять ФК ( $x_4$ )	0,09	0,07	0,04	6,59



1. Апанасенко Г. Л. Избранные статьи о здоровье / Г. Л. Апанасенко. – К., 2005. – 48 с.

2. Байчурина А. Ш. Физкультурное образование студентов : тексты лекций / А. Ш. Байчурина, С. А. Ярушин. – Челябинск : Челяб. гос. ун-т, 2007. – 67 с.

3. Журавлев А. Н. Оптимизация двигательной активности учащихся специальных учебных заведений : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Журавлев Андрей Николаевич. – М., 2001. – 147 с.

4. Збірник матеріалів для державної підсумкової атестації з фізичної культури / [упоряд. С. М. Дятленко, С. М. Чешейко]. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009. – 108 с.

5. Кібальник О. Я. Фітнес-технологія як засіб підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків 13–15 років / О. Я. Кібальник // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 3. – С. 78–81.
6. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимп. лит., 1999. – 232 с.
7. Кузнецов В. А. Теоретическая подготовка студентов педагогического вуза в системе общего физкультурного образования : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Кузнецов Владимир Алексеевич. – Нижний Новгород, 2005. – 214 с.
8. Литвин А. Т. Исторические предпосылки и теоретико-методологические основы современной системы физического воспитания : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. физ. восп. : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / А. Т. Литвин. – К., 2008. – 22 с.
9. Теорія і методика фізичного виховання : навч. вид. – Т. 1 / [під ред. Т. Ю. Круцевич]. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – 391 с.
10. Project Active [Електронний ресурс]. – Режим доступу до дж. : <http://www.projectactive.org/mission.html>.
11. World Health Organization [Електронний ресурс]. – Режим доступу до дж. : <http://www.who.int/healthpromotion/en>.

## Розділ 5

# КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ НЕСПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ТА ЇЇ ОБҐРУНТУВАННЯ

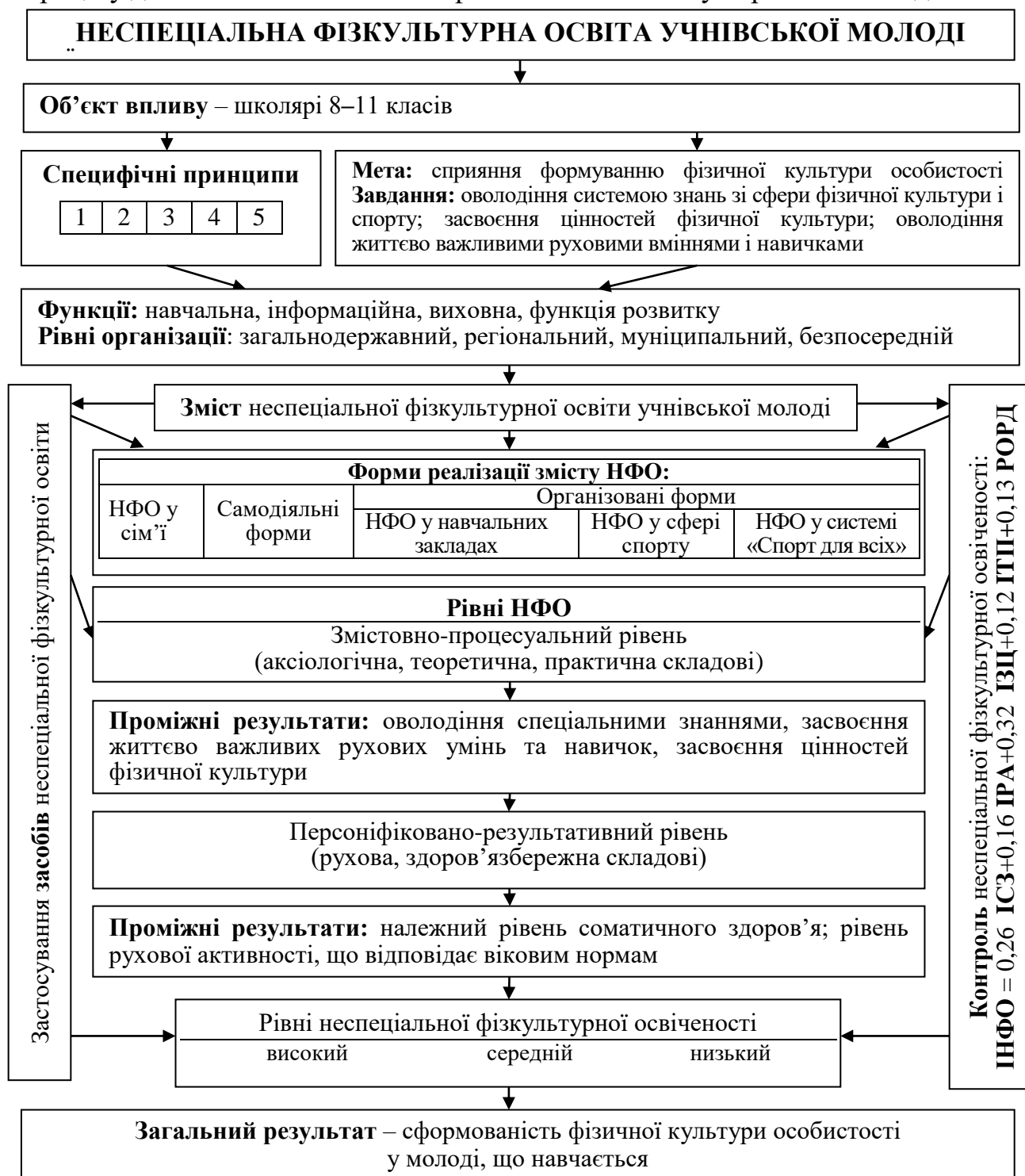


### Зміст концептуальної моделі неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді

Як свідчить аналіз науково-методичної літератури, об'єктом галузевих наукових досліджень учнівська молодь у цілому виступає лише опосередковано, через дослідження проблем, пов'язаних з фізичним вихованням різних вікових груп (школярі середнього, старшого шкільного віку), і жодного разу учнівська молодь цілісно не була представлена як контингент наукових досліджень галузі, що вкотре обґрунтовує актуальність наших наукових пошуків. Для розкриття теоретико-методологічних основ неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, шляхів формування фізичної культури особистості у молодих людей ми побудували її концептуальну модель, що має пошуковий характер (рис. 5.1). В основу її розробки покладено поняття про концепцію та принципові положення моделювання у педагогіці та сфері фізичної культури і спорту.

Гносеологічна категорія «моделювання» характеризує один із шляхів пізнання, який дає можливість перенесення результатів, одержаних під час побудови й вивчення моделей, на оригінал на основі того, що модель певною мірою відображає його сторони. Смісл моделювання полягає у відтворенні характеристик (структури, властивостей, відношень) певного об'єкта на іншому, спеціально створеному для вивчення. Поняття «*модель*» (від латин. *modulus* – «міра», «зразок», «норма») у логіці й методології науки – це аналог (схема, структура, знакова система) певного фрагмента природної або соціальної реальності, плода людської культури, концептуально-теоретичного утворення – оригіналу моделі [19]. Ми розглядаємо розроблену модель як аналог процесу неспеціальної фізкультурної освіти, який слугує для збереження й розширення знання (інформації) про оригінал, конструювання оригіналу,

перетворення й управління ним, а також як схему неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, шляхом якої відображаються істотні сторони цього процесу для виявлення найбільш ефективних способів у вирішенні її завдань.



*Рис. 5.1. Концептуальна модель неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді: 1 – принцип пріоритету ціннісного ставлення до фізичної культури; 2 – принцип пролонгованого впливу рухової активності у процесі освітньої діяльності; 3 – принцип наступності форм реалізації та засобів НФО; 4 – принцип оздоровчої спрямованості НФО; 5 – принцип урахування регіональних особливостей під час формування змісту НФО*

Під час моделювання змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді ми виходимо із загальної логіки наукового пошуку, яка є послідовністю переходів від емпіричного опису дійсності до її відображення в теоретичній, формалізованій формі. За умов такого підходу моделювання виступає формою теоретичного мислення й засобом відображення практичної дійсності. Тобто побудова нашої моделі здійснена таким чином, що відображає як теоретичну, структурну (загальне уявлення про обраний об'єкт), так і практичну сторони (загальне уявлення про те, що треба зробити з об'єктом, щоб максимально його наблизити до науково обґрунтованого нами уявлення про нього).

Під концепцією у загальному розумінні цього поняття мають на увазі комплекс поглядів на сутність певного явища та управління ним, об'єднаних спільним задумом і методологією.

Виходячи з цього, наша концептуальна модель (модель неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді) оптимально поєднує узагальнення змісту неспеціальної фізкультурної освіти молоді, що навчається, виділення її мети і функцій, постановку завдань, визначення умов реалізації і рівнів організації, обґрунтування принципів та поділу на складові частини, виділення засобів та форм реалізації, напрямів та характеру взаємозв'язків між її складовими, передбачення проміжних та загальних результатів, розробку способу кількісного визначення рівня неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді.

Методологічними основами розробленої моделі є:

а) базові теоретичні засади теорії і методики фізичного виховання, висвітлені у працях А. В. Лотоненка, А. П. Матвеева, В. М. Платонова, В. В. Приходька, Л. П. Матвеева, М. М. Булатової, Т. Ю. Круцевич, Ю. Ф. Курамшина, та соціології фізичної культури і спорту – В. І. Столярова, В. М. Видріна, Л. І. Лубишевої;

б) культурологічні основи у вигляді: загальної теорії культури, що розглядає фізичну культуру і спорт як процес і результат фізичного вдосконалення людей, а також як сукупність матеріальних і духовних цінностей, накопичених людством, як інститут культури, що транслює соціально значущий досвід; структурної морфології культури, що дозволяє розглядати неспеціальну фізкультурну освіту як сферу не тільки тілесного, а й духовного розвитку, в межах якої відбувається трансляція соціально значущого знання зі спеціалізованого на буденний рівень;



в) новітні філософські, психолого-педагогічні ідеї щодо модернізації системи фізичного виховання в Україні; філософсько-культурологічний, аксіологічний, системний підходи; загальнонаукові принципи цілепокладання, історизму, полікультурності у фізичному вихованні та освіті в цілому;

г) ідеї і теорії педагогічного моделювання і проектування (Дж. Джонс, Е. С. Заір-Бек, М. В. Кларін та ін.);

д) психолого-педагогічні основи у вигляді: гуманістичної психології, що розглядає особистість як унікальну і неповторну цілісність і цінність, спрямовану у майбутнє і потенційно готову до безперервного саморозвитку; психологічних основ формування позитивної мотивації до фізкультурно-спортивної діяльності на основі врахування об'єктивних закономірностей даного процесу і суб'єктивних характеристик особистості; теорії особистісно орієнтованої фізичної культури як специфічного педагогічного процесу і форми спілкування вчителя і учня.

Основними джерелами формування моделі є:

– соціальне замовлення суспільства, сформульоване у нормативних документах і виражене у відповідних потребах суспільства й окремої особистості;

– досвід міжнародної практики неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді;

– результати власних проведених досліджень.

Розроблена нами модель містить такі структурні компоненти неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді: 1. Об'єкт впливу. 2. Мету. 3. Завдання. 4. Принципи неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. 5. Функції. 6. Рівні організації. 7. Зміст неспеціальної фізкультурної освіти. 8. Форми реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти. 9. Засоби неспеціальної фізкультурної освіти. 10. Складові неспеціальної фізкультурної освіти. 11. Контроль неспеціальної фізкультурної освіченості через способи її кількісного визначення. 12. Проміжні та загальні результати неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді (рис. 5.1).

В основу обґрунтування концептуальної моделі нами покладені результати дослідження таких питань:

1. Змісту проблемного поля неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді на сучасному етапі.

2. Генези виникнення поняття та наявних концептуальних підходів науковців до розуміння сутності неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді.

3. Міжнародної практики неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді.

4. Взаємозв'язків між показниками, що характеризують неспеціальну фізкультурну освіченість школярів 8–11 класів та студентів I–II курсів.

На підставі здійсненого аналізу восьми понять неспеціальної фізкультурної освіти, викладеного вище й опублікованого у провідних фахових виданнях ВАК України [13; 23], ми виділили *специфічні ознаки* цього педагогічного процесу, що відрізняють його від інших складових фізичної культури й дають нам підстави вважати його самостійним явищем, що взаємопов'язане з іншими явищами і процесами, продукує інші явища, відтворює у своєму змісті ознаки й властивості, характерні для фізичної культури в цілому. До таких специфічних ознак ми відносимо:

– спрямованість на сприяння формуванню фізичної культури особистості молоді людини;

– безперервність, що забезпечується наявністю форм реалізації змісту, які досяжні й функціонують у навчальних закладах, у позанавчальний час, у спортивних клубах, у сім'ї, у системі спорту для всіх тощо;

– недостатньо цілеспрямований (інколи хаотичний) характер, що проявляється в отриманні випадкової інформації або вмінь, наприклад з книг чи засобів масової інформації з теоретичними даними про основи збереження фізичного здоров'я та ін.;

– яскраво виражений регіональний компонент, що полягає у впливові на її зміст кліматичних умов, мовних та етнокультурних особливостей, фізкультурно-оздоровчої та спортивної інфраструктури регіону, де реалізовується неспеціальна фізкультурна освіта.

*Метою* неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді є сприяння формуванню фізичної культури особистості. *Завданнями:* загальні, а також специфічні. Серед загальних: оволодіння системою знань, необхідних для ведення здорового способу життя та повноцінної життєдіяльності у соціумі; засвоєння цінностей фізичної культури; оволодіння життєво важливими руховими вміннями і навичками (див. рис. 5.1).

Загальні завдання неспеціальної фізкультурної освіти уточнюються відповідно до специфіки віку і статі учнів. Тільки в єдності вони стають гарантіями формування фізичної культури особистості молоді людини, що навчається.

Специфічними завданнями неспеціальної фізкультурної освіти школярів ми вважаємо: сприяння підготовці до вступу у вищі навчальні заклади та навчання у них, а також подальшій життєдіяльності; виховання потреби самостійно займатися фізичними вправами, свідомо застосовувати їх для відпочинку, тренування, підвищення працездатності і зміцнення здоров'я. Вирішення останнього завдання в діяльності педагога передбачає створення необхідних передумов для самостійних фізкультурних занять учнів, що зумовлює необхідність у: підвищенні фізкультурної грамотності школярів; стимулюванні позитивної мотивації до фізичної культури; формуванні основ правильної техніки виконання життєво важливих рухових умінь і навичок; формуванні організаційно-методичних умінь, що дають можливість правильно побудувати школяреві своє самостійне заняття, дозувати навантаження, здійснювати найпростіший самоконтроль. Тобто спостерігається тісний взаємозв'язок між загальними й специфічними завданнями неспеціальної фізкультурної освіти.

Перелічені завдання подані в офіційних документах, що регламентують фізичне виховання в загальноосвітніх закладах (школа, ліцей тощо). Вони відіграють роль орієнтовних установок для всіх сторін цілеспрямованого використання фізкультурної освіти в період шкільного віку. Однак для різних навчальних закладів залежно від віку і форм використання фізичної культури вони повинні бути конкретизовані. Така конкретизація частково представлена у програмах обов'язкових курсів, програмах секційних занять колективів фізичної культури та ДЮСШ.

Специфічними завданнями неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів є: сприяння підготовці до швидкого та якісного оволодіння професією, перенесення нервово-психічних навантажень; підвищення стійкості організму до впливу негативних факторів, що зустрічаються у процесі навчання у вищому навчальному закладі та майбутній професійній діяльності.

Важливим елементом концептуальної моделі є виділення *функцій*, які неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді виконує у контексті вирішення завдань і досягнення загальної мети. Функція (від латин. *functio* – «виконання») – це обов'язок, коло діяльності, призначення, роль [25]. Спроби осмислити форми й функції неспеціальної фізкультурної освіти в суспільстві мають давню історію. Проте сам термін «функція» стосовно неспеціальної фізкультурної освіти почав використовуватися лише в останнє десятиліття. До цього замість поняття «функція» застосовувалися такі категорії, як «мета», «завдання», «призначення», «роль».

Сьогодні стосовно соціальних явищ термін «функція» позначається у їх можливості справляти певний вплив на інші об'єкти, тобто вступати з ними у різноманітні відносини. З урахуванням згаданої тези під «функціями неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді» можна розуміти об'єктивно притаманні їй властивості певним чином впливати як на людину, так і на інші сфери суспільного життя. При цьому зрозуміло, що ці функції реалізуються не автоматично, а тільки через активну рухову й пізнавальну діяльність людини, спрямовану на засвоєння специфічних цінностей фізичної культури.

Розглянемо основні положення, на базі яких ми здійснили виділення конкретних функцій неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді та їх класифікацію. З погляду діалектики основними ознаками виділення певних функцій неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді можуть бути лише риси, об'єктивно властиві їй насправді, лише її реальні стійкі відносини з іншими сферами життя. Таким чином, цьому явищу не можливо приписати такі специфічні функції, які для неї не характерні. Наприклад, у дитини у процесі занять фізичними вправами формуються і вдосконалюються деякі естетичні смаки, зумовлені її руховою діяльністю. Але у цьому випадку естетичні якості будуть не такі глибокі й різноманітні, як властиво справжньому мистецтву. Тому для неспеціальної фізкультурної освіти естетична функція може бути важливою, але не специфічною. І повністю замінити функції справжнього мистецтва фізичні вправи не можуть.

Функціями неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді правомірно вважати лише такі, в яких відображаються її особливості, відсутні в інших різновидів фізичної культури. Тому не все, що досягається за допомогою неспеціальної фізкультурної освіти, можна віднести до її функцій. Так, під час навчання рухів певною мірою відбувається й розвиток рухових якостей людини, проте для неспеціальної фізкультурної освіти це не є специфікою. Для цього існує інший різновид фізичної культури – фізичне виховання у його вузькому (суто фізичному) розумінні. Отже, властивості і взаємозв'язки неспеціальної фізкультурної освіти з іншими сферами життєдіяльності, в яких не відображається її специфіка, некоректно вважати функціями.

Функції неспеціальної фізкультурної освіти необхідно розглядати в єдності з формами її реалізації, тому що функція і форма не можуть існувати незалежно одна від іншої. Функція не може проявитися поза реальним способом існування, поза формою. Крім того, кожна форма виконує специфічне призначення. Наприклад, урочна форма не дає можливості

максимально засвоювати теоретичні знання, а самодіяльні – можуть. Тому спроби розгляду функцій неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді без співвіднесення їх з конкретними формами не можуть бути вдалими. В ідеалі буде досить цінним, якщо вдасться коректно визначити основні форми реалізації неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді і для кожної з них виявити стійку систему функцій, що дозволить фахівцям ставити й успішно вирішувати різні педагогічні завдання.

Усебічне повноцінне уявлення про форми і функції неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді можна отримати, якщо виходити з положення про те, що вона органічно включена в загальну структуру освіти й має реальні зв'язки з іншими сторонами дійсності. Тому принципи відмінності окремих форм неспеціальної фізкультурної освіти в цілому зумовлені особливостями тих сфер, з якими вони пов'язані (спорт, спорт для всіх, сім'я тощо). Так, неспеціальна фізкультурна освіта молоді, організована в навчальних закладах, відрізняється від такої, що функціонує в сім'ї, повсякденному побуті. А обидві ці форми різняться від неспеціальної фізкультурної освіти молоді у сфері спорту. Отже, під час виділення окремих форм реалізації неспеціальної фізкультурної освіти треба виходити з особливостей тих соціально значущих сфер, в яких вона відіграє істотну роль.

Таким чином, виділимо функції неспеціальної фізкультурної освіти молоді, яка навчається, що впливають з її сутності і відображають структуру, відіграють важливу роль у процесі формування фізичної культури особистості: навчальну, інформаційну, виховну, функцію розвитку.

Навчальна полягає у: здобутті молодими людьми теоретичних знань (знання сутності фізичної культури, її значення для особистості і суспільства, історії фізичної культури і спорту в Україні і світі, основ олімпізму, знання фізкультурно-гігієнічного характеру); набутті базових знань методичного характеру (знання техніки фізичних вправ та окремих видів спорту, її значення та основ застосування, закономірностей формування рухових умінь і навичок, підтримки належного рівня здоров'я); формуванні вмінь диференційовано керувати рухами в основних ланках опорно-рухового апарату та їх координувати у різноманітних сполученнях; оволодінні системою вправ, розрахованих на засвоєння основних способів раціонального використання власних сил для пересування у просторі, подолання перешкод і володіння предметами; опануванні способів циклічних пересувань у просторі (ходьба, біг, плавання, їзда на велосипеді), що мають пряме прикладне застосування, а

також інших, які мають опосередковане прикладне застосування (елементи танцювальних рухів, спортивних ігор, єдиноборств).

Інформаційна функція неспеціальної фізкультурної освіти полягає у накопиченні і передачі спеціальних знань і прикладів поведінки зі сфери фізичної культури і спорту. Як носії інформації виступають духовні й матеріальні цінності, що створюються у процесі функціонування фізичної культури та у зв'язку з нею. Фізкультурна й спортивна інформація міститься значною мірою у теле- і радіопередачах, газетних та Інтернет-повідомленнях.

Інформаційна функція реалізується за рахунок цілої низки інформаційних можливостей: використання спеціальної навчально-методичної літератури, комп'ютерних програм, засобів масової інформації. Водночас з цим може розповсюджуватися інша друкована продукція: пам'ятки для школяра, методичні рекомендації, посібники тощо.

Виховна функція полягає у: формуванні свідомої потреби у заняттях фізичною культурою і спортом; розвитку в учнівській молоді моральних якостей, засвоєнні і практичному наслідуванні гуманістичних цінностей олімпізму, поведінки у дусі вимог суспільства; формуванні мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури і спорту; фізичному вдосконаленні і самовихованні. Високоморальна поведінка молодої людини, а також засвоєні у процесі занять фізичними вправами працьовитість, наполегливість, сміливість й інші вольові якості безпосередньо переносяться у життя, навчальні та побутові умови. У процесі фізкультурної освіти відбувається певною мірою і формування етичних якостей та естетичних смаків особистості. Духовне і фізичне у розвитку молоді повинно становити нероздільне ціле згідно з давньогрецьким ідеалом «калокагатії».

Функція розвитку полягає в орієнтації на саморозвиток й безперервний духовний і фізичний розвиток.

Закономірності функціонування неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді проявляються як істотні, часто повторювані зв'язки (залежності) між метою, завданнями, функціями, засобами і формами реалізації цього явища, що детермінують його ефективність у сучасних соціально-економічних умовах.

*Принципами* неспеціальної фізкультурної освіти є найбільш типові закономірності її функціонування, що часто повторюються: загальні та специфічні. До загальних відносяться: демократизація, гуманізація, патріотизм, науковість, спрямованість на виховання гармонійно розвиненої особистості. Серед специфічних принципів обґрунтовано у нашому

дисертаційному дослідженні: принцип пролонгованого впливу рухової активності у процесі освітньої діяльності молоді та принцип пріоритету ціннісного ставлення молоді до фізичної культури. Далі ми наводимо їх опис і теоретичне обґрунтування (рис. 5.1).

Аналіз особливостей організації неспеціальної фізкультурної освіти дозволив нам виділити *рівні її організації*: загальнодержавний рівень (мегарівень), який здійснюється організаціями, що відповідають за фізкультурну освіту (Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України); регіональний – рівень АР Крим, областей, міст Києва та Севастополя, що реалізується Міністерством освіти і науки, молоді та спорту АР Крим та обласними підрозділами згаданого вище міністерства; муніципальний (місцевий) рівень – міські, районні управління і комітети, а також об'єднання, асоціації, фонди, фізкультурно-спортивні товариства; безпосередній (внутрішньошкільний або внутрішньовузівський) рівень (метарівень) – організація навчально-виховного процесу в цілому, зміст шкільного предмета «Фізична культура» та вузівського – «Фізичне виховання», організація позакласних занять з фізкультурної освіти; особистісний (мікрорівень).

На загальнодержавному (мегарівень), регіональному та муніципальному рівнях завданнями органів управління щодо неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді є:

1. Забезпечення і захист прав громадян на рівний доступ до неспеціальної фізкультурної освіти, створення і вдосконалення відповідної системи для різних груп населення, соціально-економічних умов для зміцнення матеріально-технічної бази з метою розширення форм занять.

2. Інформаційне забезпечення освітньої діяльності, розкриття соціальної значущості та пропаганди фізичної культури і спорту та їх ролі в оздоровленні нації, формування здорового способу життя громадян, боротьба з негативними явищами – курінням, уживанням алкоголю, наркотиків, дитячою злочинністю через засоби масової інформації.

3. Удосконалення і розвиток форм реалізації неспеціальної фізкультурної освіти у сім'ї, у позанавчальний час, у спорті для всіх, включаючи фінансове, нормативно-правове, кадрове, матеріально-технічне, програмно-методичне, медичне забезпечення.

4. Розробити нормативно-правові та методичні документи в галузі фізичної культури і спорту для використання в роботі органів державного управління, громадських організацій, дитячо-юнацьких спортивних шкіл тощо.

На рівні освітніх установ (метарівень) завдання дещо відрізняються від попередніх:

1. Сприяти реалізації нового програмного забезпечення «Фізичної культури» учнівської молоді у школах.

2. Усіляко сприяти інтеграції неспеціальної фізкультурної освіти у загальну систему освіти, існуючі фізкультурно-спортивні клуби, дитячо-юнацькі спортивні школи та інші спортивні й освітні установи.

На особистісному (мікрорівень) виділимо завдання, реалізація яких сприятиме досягненню мети неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді:

1. Засвоєння спеціальних фізкультурних знань і формування на їх основі природничо-наукового світогляду.

2. Формування умінь методичного характеру, необхідних для самостійного використання засобів і методів фізичної культури для підвищення працездатності, зміцнення здоров'я.

3. Формування життєво необхідного запасу рухових умінь і навичок.

4. Сприяння зміцненню здоров'я, належному фізичному розвитку та формуванню основ здорового способу життя.

5. Сприяння засвоєнню цінностей фізичної культури та якостей особистості у суб'єктів освітньо-виховного процесу, формування у них усвідомленої потреби у систематичних заняттях фізичними вправами і спортом.

Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді як соціально-педагогічний процес може повноцінно забезпечувати формування фізичної культури особистості на основі сучасних науково-обґрунтованих підходів у випадку *реалізації умов*, що відображені на рис. 5.2, з опорою на загальні та специфічні принципи, які викладені у наступному підрозділі. Як парадигма неспеціальної фізкультурної освіти повинні виступати ідеї гуманізму, цінності та ідеали олімпізму. Неспеціальна фізкультурна освіта розглядається у цілісному освітньому середовищі молоді як дійовий засіб формування фізичної культури особистості та як результат – засвоєння життєво необхідних знань, формування вмінь і навичок фізкультурної діяльності.





*Рис. 5.2. Умови реалізації неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді*

Методологічними умовами є: урахування концептуальних положень гносеологічних засад теорії пізнання як загальнонаукової теорії; використання новітніх філософських, психолого-педагогічних ідей щодо модернізації системи фізичного виховання в Україні (В. М. Платонов, М. М. Булатова, Т. Ю. Круцевич, М. В. Дутчак), соціології фізичної культури і спорту (В. М. Видрін, Л. І. Лубишева, В. І. Столяров); побудова процесу неспеціальної фізкультурної освіти на основі культурологічного, аксіологічного, системного підходів (Ю. К. Бабанський, М. С. Каган, Б. Ф. Ломов, М. Н. Скаткін, В. А. Ядов та ін.).

Серед організаційних умов виділяємо:

- забезпечення загальнодоступної, щоденної фізкультурної освіти молоді всіх вікових груп;
- стимулювання фахівців галузі до роботи у навчальних закладах та активної участі у громадських фізкультурно-оздоровчих заходах;
- стимулювання досліджень, спрямованих на вдосконалення теорії й методики неспеціальної фізкультурної освіти;
- доступ до безпечних місць занять руховою активністю у навчальних закладах та за місцем проживання;
- забезпечення відповідності змісту неспеціальної фізкультурної освіти інтересам школярів.

Важливою складовою реалізації фізкультурної освіти учнівської молоді є умови, що пов'язані з викладанням навчальної дисципліни «Фізична культура»:

– забезпечення чіткого планування уроків фізичної культури як основних форм реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти у навчальних закладах;

– використання технології активного навчання для стимулювання до занять фізичною культурою;

– популяризація рухової активності в межах навчального закладу;

– вилучення з практики застосування фізичних вправ як покарання;

– впровадження і реалізація міжпредметних зв'язків «Фізична культура» – інші предмети шкільної програми.

Проведення заходів у позанавчальний час є обов'язковою умовою реалізації неспеціальної фізкультурної освіти і містить кілька компонентів:

– забезпечення впровадження різноманітних виховних, змагальних і незмагальних заходів для учнівської молоді;

– сприяння участі молоді у фізкультурно-спортивних заходах, які проводяться через мережу «Спорт для всіх» і територіальною громадою, і використання для цього всіх наявних ресурсів суспільства.

На нашу думку, ефективна реалізація неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді неможлива без залучення батьків шляхом:

– включення батьків та членів сімей до позашкільних програм, що реалізуються через мережу «Спорт для всіх», для стимулювання участі дітей у цих заходах;

– стимулювання батьків до підтримки занять обраними видами рухової активності дітьми.

Інформаційна підтримка є також базовою умовою реалізації неспеціальної фізкультурної освіти молоді, що навчається, а її зміст полягає у:

– забезпеченні постійного доступу молоді до інформації про основи здорового способу життя і рухову активність через засоби масової інформації місцевого й державного рівнів;

– інформуванні неактивних школярів про можливості застосування фізкультурної освіти й доступні у регіоні програми через мережу «Спорт для всіх».

Останньою умовою є впровадження контролю:

– неспеціальної фізкультурної освіченості на основі її кількісної інтегральної оцінки у молодій людині;

– рівня спеціальних знань школярів, рівня засвоєння цінностей фізичної культури, рівня оволодіння життєво важливими руховими навичками, а також їх динаміки;

– рівнів соматичного здоров'я та рухової активності як індикаторів персоніфіковано-результативного рівня неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді.

Функції неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді можуть реально проявлятися в конкретних формах. Звідси термін «форма реалізації неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді» розуміється нами як спосіб її існування з притаманним функціональним призначенням. Поза конкретною формою реалізації неспеціальна фізкультурна освіта є віртуальною категорією. Вона стає реальністю лише тоді, коли набуває ознаки визначеності, конкретності і цілісності, тобто отримує своєрідне оформлення за структурою і переважним змістом своєї організації. Тоді неспеціальна фізкультурна освіта фактично існує у формі занять у сім'ї, самодіяльних, організованих форм тощо. При цьому кожна окрема форма здійснює своє специфічне призначення за допомогою реалізації конкретних функцій.

Ми виділили кілька *форм реалізації* змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Серед них форми реалізації: у сім'ї; самодіяльні форми; організовані форми (у навчальних закладах у навчальний і позанавчальний час, у сфері спорту, у системі спорту для всіх).

До найбільш поширених форм реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді в сім'ї відносяться: 1) активний відпочинок на свіжому повітрі у вільний від уроків і виконання домашніх завдань час, що містить прогулянки, катання на велосипеді, купання, ходьбу на лижах, різні ігри тощо; 2) участь разом з батьками у різних змаганнях-конкурсах (на зразок «Мама, тато, я – спортивна сім'я») і спортивних вікторинах; 3) сімейні походи (піші, лижні, велосипедні, водні) у вихідні дні та у канікулярний час спільно з батьками.

Реалізація змісту неспеціальної фізкультурної освіти у сім'ї є однією з провідних і найбільш значущих, містить значну частку самостійних занять і частково залежить від фізкультурної освіти батьків як допоміжної ланки у забезпеченні ефективності цього процесу. Фізкультурна освіта школярів у сім'ї потребує від батьків певних знань, досвіду та безпосередньої участі. Батьки повинні: періодично проводити бесіди зі своїми дітьми на теми здорового способу життя; залучати їх до систематичних занять фізичними вправами і спортом, брати участь у спільних з дітьми заняттях оздоровчою фізичною культурою; стежити за станом фізичного розвитку, поставою, здоров'ям дітей.

Самодіяльні форми реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти передбачають: 1) індивідуальні заняття різними фізичними вправами в домашніх умовах (атлетична гімнастика, оздоровча аеробіка тощо); 2) самостійні заняття фізичними вправами у вільний від навчання час (на основі повної добровільності й ініціативи (за бажанням) або за завданням педагога (домашні завдання)); 3) перегляд спортивних теле- і відеопрограм, читання спортивних газет, перегляд Інтернет-ресурсів.

Самостійні та індивідуальні заняття фізичними вправами – найбільш доступна форма реалізації неспеціальної фізкультурної освіти. Проблема підвищення ефективності таких занять зумовлена суперечністю між рівнем соціальних вимог до самостійних занять та недостатньою ефективністю підготовки до них у навчальних закладах [3; 17; 20]. Сьогодні, в умовах скорочення обсягу обов'язкових занять з фізичного виховання вона набула статусу соціально значущої педагогічної проблеми, що вимагає цілісного розв'язання на основі наукового підходу, який ураховує її залежність від комплексу чинників. Загальна значущість проблеми відображена в Законі України «Про фізичну культуру і спорт», відповідно до якого залучення громадян до регулярних занять фізичною культурою є одним із пріоритетів державної політики.

Самодіяльні форми реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти, як основні фактори у веденні здорового способу життя молоді, на нашу думку, повинні вирішувати такі освітні завдання:

1. Розвиток стійкого інтересу до регулярних занять фізичними вправами і спортом та потреби у цьому через індивідуалізацію видів і форм фізичної діяльності.

2. Забезпечення разом з обов'язковими заняттями з фізичного виховання безперервності та ефективності неспеціальної фізкультурної освіти, додаткових знань у сфері фізичної культури і спорту.

3. Прищеплення навичок самостійної організації своєї м'язової діяльності, а також залучення до неї своїх друзів.

Організовані форми реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти молоді у навчальних закладах у навчальний час викладені нижче. Основною формою реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти молоді, що навчається у школах, є урочна форма. Уроки з переважною освітньою спрямованістю поділяють на п'ять типів за принципом дидактичних завдань, що вирішуються: вступні уроки, уроки вивчення нового матеріалу, уроки вдосконалення, змішані (комплексні) уроки,

контрольні (залікові) уроки. Для багатьох школярів урок фізкультури є єдиним гарантованим щотижневим засобом підтримання фізичної активності і, на думку зарубіжних фахівців, трампліном для залучення до спорту й рухової активності протягом життя [28].

Як повідомлено Європейським парламентом у «Рішенні про роль спорту в освіті», уроки фізкультурної освіти з включеним теоретичним матеріалом про олімпізм є єдиним шкільним предметом, який дозволяє молоді отримати інформацію про такі важливі соціальні цінності, як самодисципліна, солідарність, дух товариства, терпимість і чесна гра і поряд зі спортом знаходяться серед найбільш важливих інструментів соціальної інтеграції [29].

Порівняно з іншими формами урок фізичної культури має низку переваг, оскільки він: а) є наймасовішою формою організованих, систематичних й обов'язкових занять школярів; б) проводиться на базі науково обґрунтованої державної програми, розрахованої на тривалі терміни навчання; в) здійснюється під керівництвом педагога з урахуванням віково-статевих й індивідуальних особливостей школярів; г) сприяє всебічному фізичному вдосконаленню всіх учнів незалежно від їх рухових здібностей, спортивних результатів, розподілу на медичні групи тощо.

Іншою загальноприйнятою формою реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти школярів є фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня. У процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів вирішуються такі освітні завдання: активізація рухового режиму та впровадження фізичної культури в повсякденний побут школярів; удосконалення культури рухів; оволодіння навичками самостійних занять фізичною культурою.

До фізкультурно-оздоровчих заходів відносять фізкультхвилинки та фізкультпаузи під час уроків, фізичні вправи на перервах. Їх мета – зняття втоми, підвищення продуктивності розумової або фізичної роботи, попередження порушень постави. Час початку фізкультхвилинки визначає педагог, який проводить урок. Важливими умовами проведення фізичних вправ та ігор на перерві є наявність добре задалегідь підготовлених місць занять, достатня кількість інвентарю та обладнання. Перевагою цього різновиду, що гуманізує зміст фізкультурної освіти, є те, що діти беруть участь у всіх іграх добровільно, за бажанням.

Основною формою реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти у студентів I–II курсів вищих навчальних закладів є навчальні заняття.

До них відносяться: теоретичні та практичні, інструкторсько-методичні та показові; індивідуально-групові додаткові заняття (консультації) під контролем викладача. Спрямованість, зміст і методика занять постійно вдосконалюються і сприяють формуванню свідомої потреби у фізичному вдосконаленні, закладанню фундаменту для систематичних занять фізичними вправами.

Для студентів іншою формою реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти є фізичні вправи в режимі навчального дня, що містять освітні елементи: фізкультурні паузи, додаткові заняття, бесіди тощо. Фізкультпаузи проводяться після перших 4 годин аудиторних чи практичних занять. Їх тривалість – 8–10 хв. Додаткові заняття (індивідуальні або групові) проводяться викладачем з метою підготовки студентів до складання залікових норм і вимог навчальної програми з фізичного виховання. Фізичні вправи в режимі навчального дня виконують функцію активного відпочинку.

Серед організованих форм реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти школярів у позанавчальний час чільне місце посідають: 1) секції з видів спорту; 2) шкільні змагання; 3) туристичні походи і зльоти; 4) свята фізичної культури, дні здоров'я тощо.

Неспеціальна фізкультурна освіта студентів у позанавчальний час проводиться у кількох основних формах. Перша й основна – секційні заняття, які є продовженням навчальних занять. Секційна робота у спортивних секціях та змагання проводяться у позанавчальний час з метою наблизити спорт до досягнення навчальних і виховних цілей фізкультурної освіти студентів. Водночас спортивно-масова робота вирішує завдання організації здорового побуту і розумного дозвілля, що сприяє зміцненню дисципліни, згуртуванню колективу.

До змісту масових фізкультурно-спортивних заходів, що проводяться у вихідні дні протягом навчального року та у канікулярний час, входять спортивні вечори, спартакіади за участі збірних команд факультетів, масові кроси та естафети, свята фізичної культури, змагання різного рівня, туристичні походи тощо.

Форми реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти молоді у сфері спорту виражаються у систематичних заняттях обраним видом спорту у дитячо-юнацьких спортивних школах (ДЮСШ) або у спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних школах олімпійського резерву (СДЮСШОР).

Форми реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти молоді у спорті для всіх містять:

- 1) заняття у фітнес-клубах та фізкультурно-оздоровчих центрах;

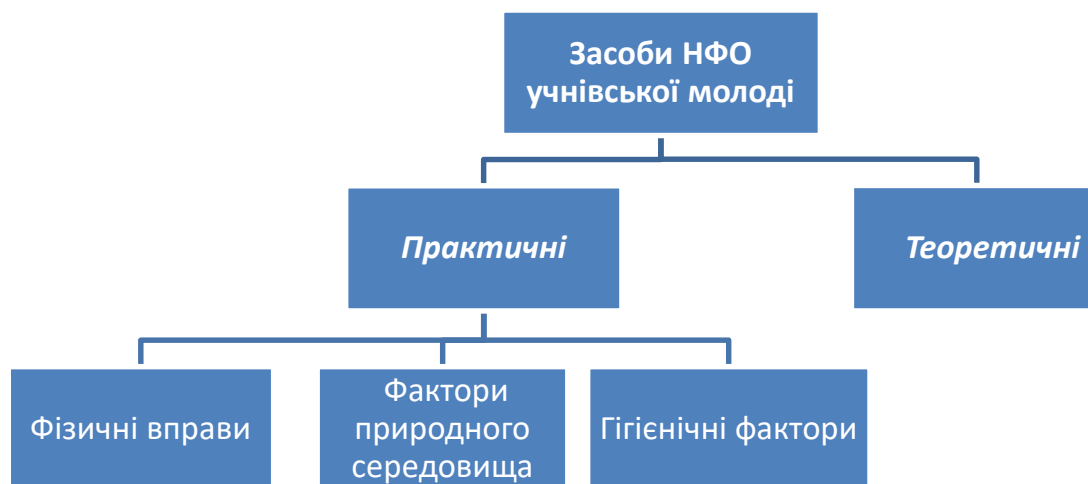
2) фізкультурні заходи в літніх і зимових оздоровчих таборах (основними освітніми завданнями використання фізичної культури у таборі є набуття навичок зміцнення здоров'я; особлива увага приділяється навчанню плавання, різних способів пересування на лижах, туризму та спортивному вдосконаленню у різних видах спорту);

3) різноманітні заходи за місцем проживання у парках культури і відпочинку, на дитячих майданчиках, лижних і туристсько-екскурсійних базах, човнових станціях та в інших місцях масового відпочинку;

4) консультації інструкторів мережі «Спорт для всіх».

Різнноманітні форми реалізації змісту неспеціальної фізкультурної освіти створюють умови для більш повного задоволення індивідуальних фізкультурних і спортивних інтересів та запитів підростаючого покоління за рахунок широкого діапазону форм і видів фізкультурних і спортивних занять, які проводяться в позашкільних спортивних і фізкультурно-оздоровчих установах, навчально-матеріального забезпечення, фізкультурно-спортивної бази, високої кваліфікації фахівців з фізичної культури і спорту.

Засоби неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді частково відповідають засобам фізичного виховання як цілеспрямованого педагогічного процесу, обґрунтованим у вітчизняній системі фізичного виховання (рис. 5.3.). Серед них виділимо практичні й теоретичні.



**Рис. 5.3.** Засоби неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді

До практичних ми відносимо: *фізичні вправи* (циклічні вправи – ходьба, біг, пересування на лижах, ковзанах, плавання, веслування, їзда на велосипеді, аеробіка; вправи-елементи єдиноборств – бокс, боротьба тощо; вправи, що є елементами рухливих та спортивних ігор, – баскетболу, волейболу, футболу, тенісу; танцювальні вправи; вправи-елементи складнокоординаційних видів

спорту – гімнастики, акробатики та ін.), *фактори природного середовища і гігієнічні фактори*. Друга група об'єднує засоби реалізації теоретичної складової неспеціальної фізкультурної освіти – засоби використання слова.

Основними засобами неспеціальної фізкультурної освіти є різноманітні фізичні вправи, тому що вони дозволяють формувати життєво важливі вміння і навички, підвищувати адаптаційні властивості організму, виховувати особистісні якості.

Заздалегідь визначена фахівцями [11] структура фізичної культури особистості, яка містить знання та інтелектуальні здібності, фізичну досконалість, мотиваційно-ціннісні орієнтації, фізкультурно-спортивну діяльність, зумовила визначення нами структури неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді як її кінцевої мети.

Процес неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді можна умовно поділити на два рівні: змістовно-процесуальний, що представлений процесом засвоєння цінностей (аксіологічна складова), здобуттям спеціальних знань (теоретична складова) та рухових умінь і навичок (практична складова); персоніфіковано-результативний рівень, який відображає результати попередньо отриманої неспеціальної фізкультурної освіти відносно фізичної культури конкретної особистості у вигляді того, наскільки відповідає її рухова активність віковим нормам, і, як результат, яким є рівень збереженого фізичного здоров'я молоді людини.

Проміжними результатами неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, що локалізуються на змістовно-процесуальному рівні, є: оволодіння спеціальними знаннями, засвоєння життєво важливих рухових умінь і навичок, а також цінностей фізичної культури. Належний рівень соматичного здоров'я і рухова активність, що відповідає віковим нормам, є результатами персоніфіковано-результативного рівня. Ці результати у цілому допомагають досягти найбільш загальної мети неспеціальної фізкультурної освіти – сприяння формуванню фізичної культури особистості в конкретного учня.

Аксіологічну складову змістовно-процесуального рівня неспеціальної фізкультурної освіти школярів ми подали у вигляді проекту «Пізнай цінності олімпізму». Традиційно у навчальних закладах головна увага приділяється прищепленню молоді сукупності знань, умінь і навичок, удосконаленню рухових якостей, тоді як цього недостатньо для підготовки молоді людини до повноцінної життєдіяльності. Найбільш перспективним сьогодні є застосування в освіті опори на ціннісний базис, що дістало



назву аксіологічного підходу, який є одним із базових у методології наших досліджень. На доцільності використання цього підходу в освіті наголошують деякі науковці [12; 26]. На думку німецького соціолога У. Бека, освіта повинна дати молоді можливість оволодіти здібностями та орієнтирами, які допоможуть розібратися у транснаціональних ландшафтах та суперечностях світового суспільства [2].

Спрямування неспеціальної фізкультурної освіти на гуманістичні цінності передбачає перехід з озброєння молоді лише знаннями, уміннями і навичками на освіту як формування передусім цінностей фізичної культури.

Поняття про цінності ввів у практику наприкінці XIX ст. філософ-ідеаліст з Німеччини Р. Лотце. Він уважав, що сутність цінностей зумовлена вищими божественними силами і суб'єктивним досвідом кожної людини. Т. Парсонс, як представник теорії структурного функціоналізму, уважав цінності головним об'єктом інтересу людини [18].

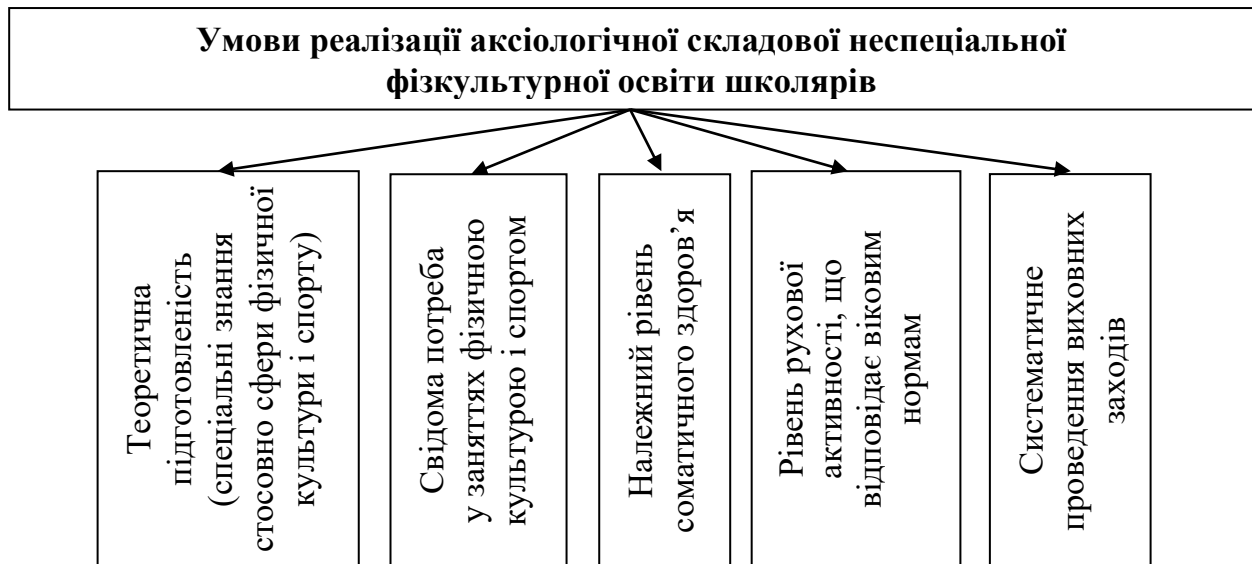
Найбільш розповсюдженим є поділ цінностей на дві групи: термінальні (цінності–цілі) та інструментальні (цінності–засоби, властивості особистості, її здібності), які сприяють реалізації мети. Серед термінальних цінностей виділяють: почуття виконаного обов'язку, щастя, внутрішню гармонію, мудрість; серед інструментальних – відповідальність за свої дії, широту поглядів, чесність, творчу уяву, вміння обстоювати свої права.

Серед типів ціннісних орієнтацій у межах аксіологічного підходу ми спираємося на давньогрецький тип, що є орієнтацією на гармонійний розвиток особистості. У давньогрецькому суспільстві провідною була ідея гармонії, що у процесі освіти відображалася у вихованні гармонійно розвиненої людини. Ключовою тут виступала сама особистість та її якості: розум, краса, гармонія душі і тіла.

Базуючись на результатах вивчення взаємозв'язків між показниками рухової активності, соматичного здоров'я, теоретичної підготовленості, рівня оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів і студентів I–II курсів, ми можемо вважати аксіологічну складову однією з базових, що відображено нами в обґрунтованому принципі пріоритету ціннісного ставлення до фізичної культури та підтверджено шляхом експертного оцінювання провідними фахівцями галузі, узагальнення думок яких показало, що ця складова знаходиться на першому ранговому місці у структурі неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (з ваговим коефіцієнтом 0,323 за експертним оцінюванням).

Здійснений нами регресійний аналіз залежності аксіологічної складової у молоді від характеристик неспеціальної фізкультурної освіченості, результати якого подані у попередньому розділі, а також логічні узагальнення щодо змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, дозволив виділити умови її реалізації.

Рівень засвоєння цінностей фізичної культури школярами буде вищим у випадку реалізації п'яти головних умов: високої теоретичної підготовленості, наявності свідомої потреби у заняттях фізичною культурою, належного рівня соматичного здоров'я та достатніх для певного віку і статі загальних обсягів рухової активності, що дозволяє нам рекомендувати цілеспрямовано впливати на ці показники для стимулювання до засвоєння цінностей фізичної культури (рис. 5.4).



*Рис. 5.4. Умови реалізації аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів*

Зміст теоретичної складової змістовно-процесуального рівня неспеціальної фізкультурної освіти школярів складається зі спеціальних знань зі сфери фізичної культури і спорту:

- 1) техніки виконання фізичних вправ, умов проведення і правил змагань з видів спорту;
- 2) впливу занять фізичними вправами на основні системи організму;
- 3) правил самостійного розвитку рухових здібностей й методики організації самостійної фізкультурно-спортивної діяльності;
- 4) основних прийомів самоконтролю під час занять фізичними вправами;
- 5) ролі фізичної культури в сім'ї;

б) основ професійно-прикладної фізичної підготовки та ін.

В основу змісту теоретичної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів пропонуємо покласти концепцію Л. І. Лубишевої, яка передбачає такі розділи:

- методика й організація самостійних фізкультурних занять різної спрямованості (силової, швидкісної, на гнучкість, витривалість та ін.);
- методика й організація самоконтролю за станом здоров'я;
- основи фізичного і спортивного тренування;
- організація рухового режиму в період екзаменаційної сесії;
- методика й організація професійно-прикладної фізичної підготовки;
- основи сімейного фізичного виховання;
- методика використання й організація активного дозвілля [16].

Для підвищення ефективності засвоєння теоретичних знань ми передбачаємо дотримання певних методичних вимог. Розглянемо найбільш важливі з них:

- забезпечення повноцінного засвоєння знань без шкоди для рухової активності;
- відповідність форм і методів повідомлення теоретичного матеріалу його змісту і конкретним завданням навчально-виховного процесу;
- наявність міжпредметних зв'язків у навчанні з такими науками, як філософія, соціологія, валеологія, основи безпеки життєдіяльності та іншими, які пов'язані з формуванням фізичної культури особистості;
- використання методів оптимізації навчальної діяльності та інтенсифікації навчально-виховного процесу;
- забезпечення організації моніторингу, що дозволяє оперативно вносити корективи у навчально-виховний процес.

Регресійний аналіз засвідчив, що умовами реалізації теоретичної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів є свідомо потреба у заняттях фізичною культурою, оптимальні загальні обсяги рухової активності, регулярні самостійні заняття фізичними вправами, рівень оволодіння руховими діями, що відповідає віковим нормам. Згідно регресійного аналізу відзначимо також статистично вірогідний зворотний вплив на неї невизначеного фактору, яким за нашим передбаченням та за логікою побудови освітнього процесу є систематичне проведення освітніх заходів на здобуття теоретичних знань (рис. 5.5).



*Рис. 5.5. Умови реалізації теоретичної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів*

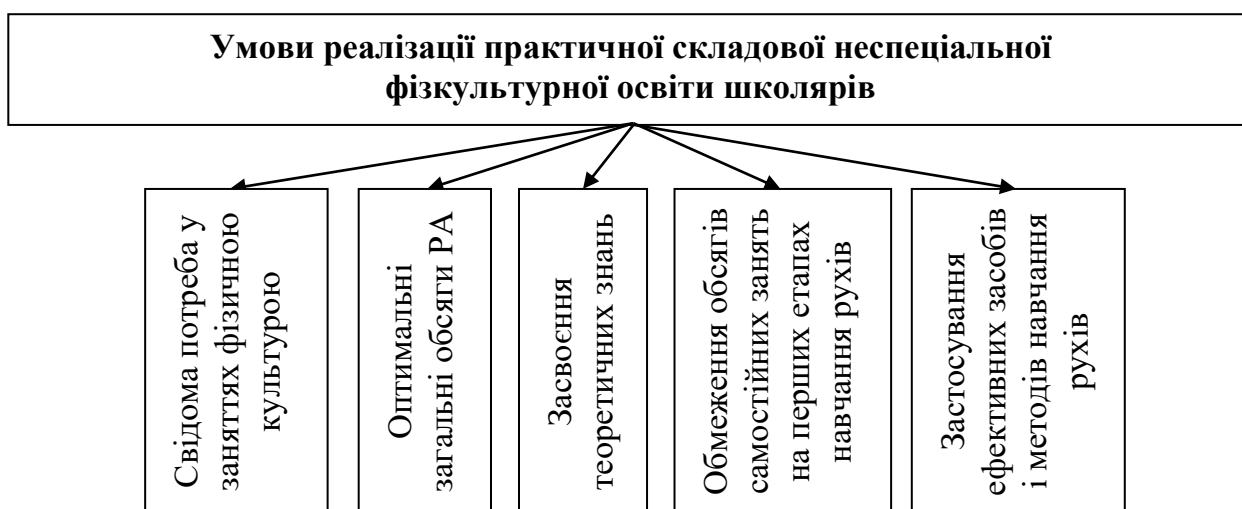
Умовами реалізації теоретичної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів є: проведення освітніх заходів на здобуття теоретичних знань, підвищення загальних обсягів добової рухової активності, розвиток свідомої потреби у заняттях фізичною культурою, мотивація до занять, частота самостійних занять фізичними вправами (рис. 5.6).

Як практичну складову неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді ми визначили рівень оволодіння руховими діями, що мають пряме або опосередковане прикладне значення у житті. Для школярів необхідно розвивати такі чотири групи рухових умінь і навичок: 1) уміння і навички, за допомогою яких людина переміщує себе у просторі (ходьба, біг, плавання, ходьба на лижах тощо); 2) уміння і навички виконувати різні рухи з предметами (м'ячі, скакалки, гантелі, палиці); 3) навички управління рухами рук і ніг у поєднанні з рухами в інших ланках тіла (перекиди, перевороти, підйоми, виси, упори, рівноваги); 4) уміння виконувати рухи для подолання штучних перешкод (стрибки опорні, лазіння, стрибки в довжину і висоту).



*Рис. 5.6. Умови реалізації теоретичної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I–II курсів*

За допомогою регресійної моделі, яка подана у розділі 4, а також логічних пошуків, ми визначили умови реалізації практичної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів і довели, що для сприяння якісному оволодінню школярами життєво важливими руховими діями, крім застосування засобів і методів навчання рухів, необхідно розвивати свідому потребу у заняттях фізичною культурою, підвищувати рухову активність, засвоювати спеціальні знання і на перших етапах навчання рухів обмежувати самостійні заняття, відпрацьовувати рухові дії під контролем педагога (рис. 5.7).



*Рис. 5.7. Умови реалізації практичної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів*

Якісному оволодінню руховими діями студентами сприятимуть: підвищення рівня соматичного здоров'я, застосування засобів і методів навчання рухів, підвищення рівня теоретичної підготовленості. На відміну від школярів, частота самостійних занять позитивно впливає на рівень оволодіння студентами руховими діями, виходячи з наявного у них більшого обсягу знань та рухового досвіду, крім того, підвищення мотивації до занять фізичною культурою також сприяє якісному оволодінню руховими діями. Усі ці характеристики слід уважати умовами реалізації практичної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів (рис. 5.8).



*Рис. 5.8. Умови реалізації практичної складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I-II курсів*

Загальновідомо, що школярі є найбільш фізично активною категорією населення. Проте зафіксовано невпинне зниження рухової активності у дітей шкільного віку, зокрема у підлітків північного і центрального регіонів України [10], школярів західних штатів США [27], дівчат 14–16 років Нідерландів [32] та інших країн і регіонів. Тому однією з базових складових неспеціальної фізкультурної освіти школярів є забезпечення адекватної рухової активності.

Для людини загалом характерне розуміння потреби у рухах, але в умовах сучасного постіндустріального суспільства з його інформатизацією стає дедалі важче забезпечувати загальнобіологічну потребу людини у рухах, обґрунтовану в концепції кінезифілії. Діти, як правило, є більш активними, ніж дорослі, але без додаткових цілеспрямованих заходів щодо впливу на їх свідомість і підсвідомість ця категорія схильна увібрати звичку до гіподинамії, що притаманна дорослому населенню.

Програми з підвищення рухової активності, що базуються на шкільних заходах з фізкультурної освіти, дають можливість дітям бути більш

активними й закладають основи і навички поведінки, необхідної для подальшого життя, але не здатні повністю охопити весь її зміст. Для популяризації і забезпечення оптимальних обсягів рухової активності необхідна зміна зовнішнього середовища, причому як фізичного, так і соціального. Більшість експертів рекомендують координацію зусиль школи, сім'ї і суспільства для розв'язання згаданих вище проблем.

Згідно з результатами регресійного аналізу, рухова складова персоніфіковано-результативного рівня неспеціальної фізкультурної освіти школярів кількісно відображена нами у вигляді індексу рухової активності (Фремінгемська методика). Напрями і характер взаємозв'язків цієї складової з характеристиками неспеціальної фізкультурної освіченості висвітлені у розділі 5 у вигляді множинної регресійної моделі, відповідно до якої ми визначили умови реалізації рухової складової, на яку слід впливати як прямо – через обсяг спеціально організованої рухової активності високого рівня енерговитрат, енерговитратами середнього рівня, так й опосередковано – через засвоєння цінностей фізичної культури, теоретичну підготовленість, соматичне здоров'я та інші характеристики (рис. 5.9).

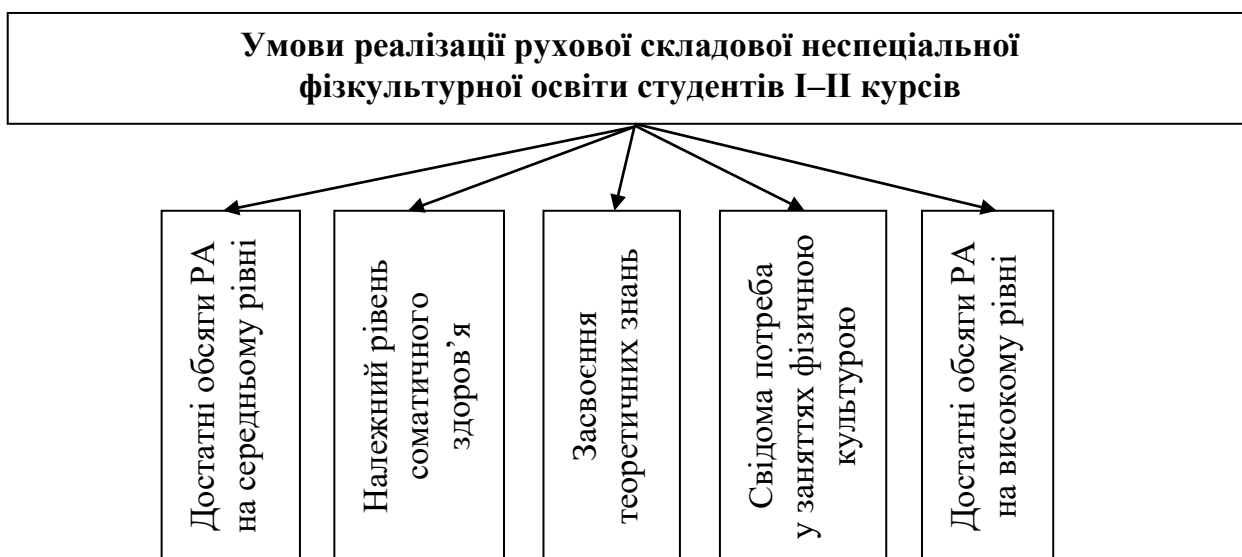
На основі проведених досліджень і наявного світового досвіду можна виділити кілька рівнів впливу на школярів для підвищення рухової активності. Серед них: індивідуальний, міжособистісний, рівень класу, школи, суспільства та міжнародний. Фізична культура як навчальний предмет з її впливом на рухову активність локалізується на рівні класу та школи, навчальний матеріал з фізичної культури слід уважати прикладом індивідуального рівня, а спілкування й обмін думками між учнем і вчителем – міжособистісного.



*Рис. 5.9. Умови реалізації рухової складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів*

Для підвищення рухової активності студентів, окрім достатніх обсягів рухової активності високого та середнього рівня енерговитрат, ми рекомендуємо підвищувати рівень соматичного здоров'я, теоретичну підготовленість і свідому потребу у заняттях (рис. 5.10).

На підставі аналізу отриманих нами даних добової рухової активності учнівської молоді, які викладено у розділі 5, та аналізу науково-методичної літератури ми розробили рекомендації щодо рухової активності молоді шкільного віку та студентів. Серед них: підвищити рухову активність школярів до обсягів, щоб 30% з них мали 5 і більше днів на тиждень не менше ніж 30 хвилин рухової активності на середньому рівні інтенсивності (прогулянки, катання на ковзанах, їзда на велосипеді, плавання, рухливі ігри), понад 85% з них мали у тижневому циклі рухову активність високої інтенсивності (біг, спортивні ігри), що відповідає тенденціям, визначеним іншими дослідниками [9; 14; 30], зменшити пасивне проведення часу до 90 хвилин на день.



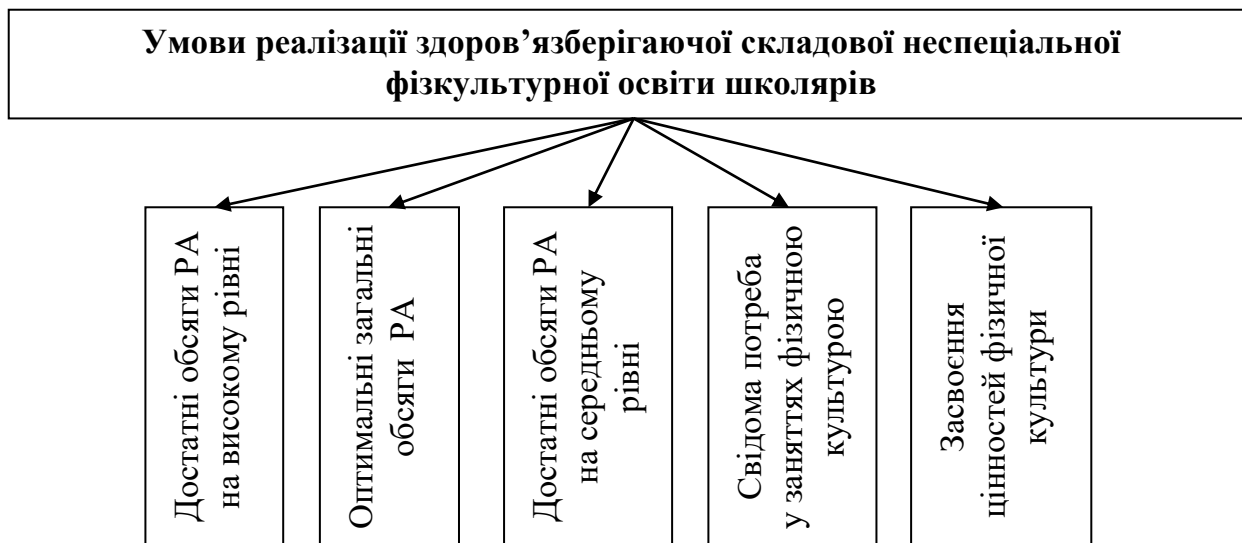
*Рис. 5.10. Умови реалізації рухової складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I-II курсів*

Взаємозв'язок різноманітних форм навчальних і позанавчальних занять створює умови, що повинні забезпечити студентам науково обґрунтований обсяг рухової активності (не менше ніж 7–9 годин на тиждень), необхідної для нормального функціонування організму, підтримання й підвищення рівня соматичного здоров'я.

Здоров'язберігаюча складова персоніфіковано-результативного рівня неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді у вигляді індексу соматичного здоров'я (за Г. Л. Апанасенком) описана нами у регресійній моделі, що відображена у розділі 4. На покращання індексу соматичного

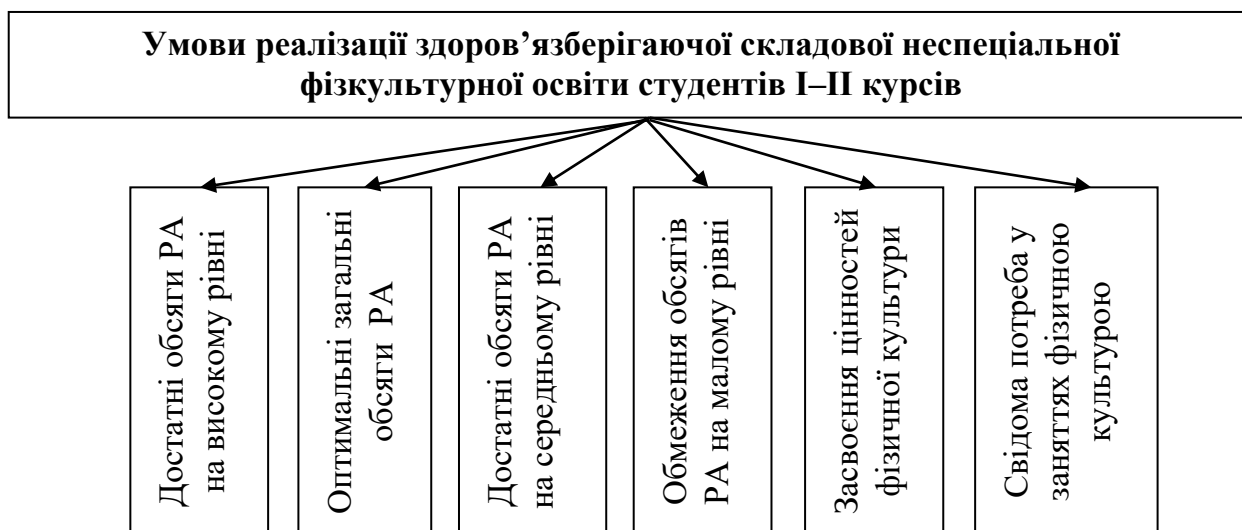


здоров'я школярів слід впливати через підвищення рухової активності, засвоєння цінностей фізичної культури, розвиток свідомої потреби у заняттях фізичними вправами тощо (рис. 5.11).



*Рис. 5.11. Умови реалізації здоров'язберігаючої складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів*

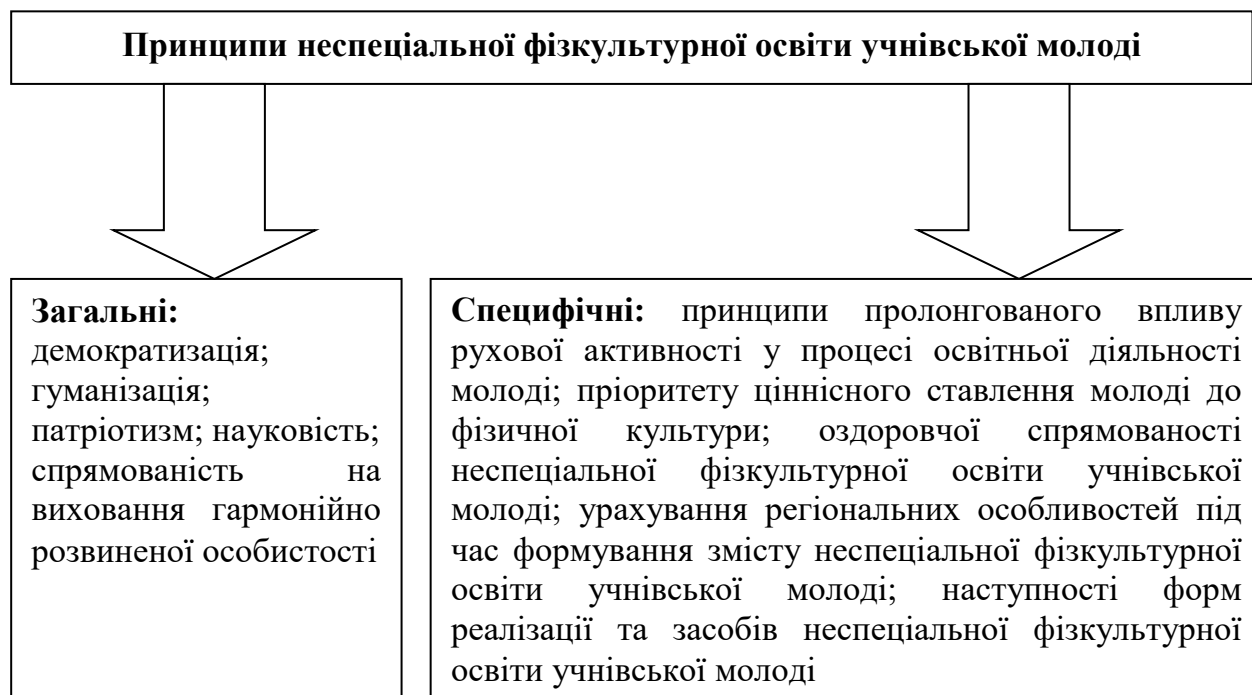
Для студентів зафіксовано статистично достовірний вплив на соматичне здоров'я шести факторів, провідними з яких є рівень засвоєння цінностей фізичної культури, рухова активність (включаючи її складові) та свідомо потреба у заняттях фізичними вправами. Згідно з результатами регресійного аналізу, ці фактори є умовами, за яких здоров'язберігаюча складова неспеціальної фізкультурної освіти студентів буде ефективно реалізована (рис. 5.12).



*Рис. 5.12. Умови реалізації здоров'язберігаючої складової неспеціальної фізкультурної освіти студентів I-II курсів*

## Система принципів неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді та їх теоретичне обґрунтування

Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді спирається на такі загальні принципи, що були розроблені попередниками [1; 15]: демократизація, гуманізація, патріотизм, науковість, спрямованість на виховання гармонійно розвиненої особистості (рис. 5.13).



*Рис. 5.13. Система принципів неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді*

Демократизація фізкультурної освіти проявляється у різноманітності змісту, форм і методів навчання і виховання, їх варіативності, відмові від відносин жорсткого підпорядкування і переході до співпраці між педагогом й учнями, забезпеченні для молоді рівних можливостей. Викладання будується з урахуванням фізичних даних школярів чи студентів, їх рухових і психічних здібностей. Педагог використовує широкі можливості навчальної та позанавчальної роботи, досвід викладання і проведення спортивних заходів.

Гуманізація пов'язана з розв'язанням проблем формування особистості та створенням умов для її гармонійного розвитку, повагою до особистості, довірою до неї, захистом її інтересів. У процесі навчання і виховання між педагогом й учнями складаються відносини співпраці. Спілкуючись на навчальних заняттях, тренуваннях і змаганнях, вони взаємно збагачуються знаннями, вміннями і навичками, систематично їх удосконалюючи. На основі

осмисленого ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності у них закладається науковий світогляд.

Заняття фізичними вправами сприяють розвитку мислення, творчого прояву особистості, естетичного сприйняття життя, фізичному вдосконаленню. Педагог розподіляє фізичні вправи за ступенем складності і суб'єктивних труднощів з урахуванням індивідуальних особливостей кожного. Патріотизм полягає у прищепленні молоді любові до своєї Батьківщини і рідного краю, належності до традицій і духовної спадщини народу. Науковість визначається тим, що завдання, засоби, методи і форми фізкультурної освіти ґрунтуються на наукових даних, науковому прогнозуванні.

Принцип виховання гармонійно розвиненої особистості передбачає таку організацію освіти, щоб ті, хто займаються, оволодівали методами і прийомами самостійного збагачення знань, формування переконань і звичок до занять фізичними вправами, набуття моральних, етичних, естетичних, правових, комунікативних якостей; залучення до здорового способу життя. Він припускає відмову від жорстко-адміністративних підходів до проблеми навчання і виховання молоді на основі всебічного вивчення психофізіологічних особливостей, урахування сильних і слабких сторін особистості, надання свободи вибору засобів і методів фізичного вдосконалення і духовного розвитку, що не йдуть урозріз з інтересами колективу.

Специфічними принципами неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді є ті, що стосуються лише цього процесу, відображають найбільш суттєві закономірності його протікання, що часто повторюються. До таких принципів ми відносимо згадані нижче.

Серед специфічних принципів є такі, що були обґрунтовані нами: принцип пролонгованого впливу рухової активності у процесі освітньої діяльності молоді та принцип пріоритету ціннісного ставлення молоді до фізичної культури.

Виявлені в результаті кореляційного аналізу типові закономірності рухової активності учнівської молоді, що часто повторюються, дозволили обґрунтувати специфічний принцип – *принцип пролонгованого впливу рухової активності у процесі освітньої діяльності молоді*, що полягає у: вірогідному впливові часу, витраченого на високоінтенсивну рухову активність на більш ранніх етапах навчальної діяльності (8 та 10 класи школи), на обсяги участі в організованих високоінтенсивних заняттях фізичними вправами у подальшому, під час навчання у ВНЗ (I курс); вірогідному зворотному впливові обсягів сидячої активності й малорухомого способу життя у 8-му класі на обсяг високоінтенсивної фізичної активності у подальшому,

починаючи з 10-х класів школи й переходу до ВНЗ; і навпаки, впливові обсягу витраченого часу на високоінтенсивні вправи у школярів 8 класів, що спричиняє зменшення обсягів сидячої роботи за комп'ютером і перегляду телепередач у подальші роки.

Інший специфічний принцип неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді – *принцип пріоритету ціннісного ставлення молоді до фізичної культури*, що полягає у відокремленні ціннісної (аксіологічної) складової неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді як базової необхідності її вдосконалення для забезпечення ефективності підвищення неспеціальної фізкультурної освіченості в цілому. Обґрунтування принципу складається з кількох складових:

– отриманих статистично вірогідних прямих взаємозв'язках індексу засвоєння цінностей фізичної культури як інтегрального показника аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти з усіма дослідженими параметрами молоді, причому з п'ятьма з них із значенням коефіцієнта кореляції ( $\rho > 0,50$ );

– наявності того факту, що серед студентів з низьким рівнем рухової активності 100% мали низький рівень засвоєння цінностей фізичної культури і жодного – високий;

– показника свідомої потреби у заняттях фізичною культурою як однієї з ключових цінностей фізичної культури достовірно корелював у школярів з усіма іншими, що були виміряні. З п'ятьма з них коефіцієнт кореляції ( $\rho$ ) перевищує 0,50 ( $\rho < 0,001$ ). Серед них: ІСЗ ( $\rho=0,61$ ), ІРА ( $\rho=0,55$ ), ВР ( $\rho=0,53$ ), ІТП ( $\rho=0,58$ ), ІЗЦ ( $\rho=0,61$ ); 97,3% школярів з високою свідомою потребою у заняттях фізичною культурою мають середній рівень соматичного здоров'я (високий і вище середнього – жодного школяра);

– у студентів І–ІІ курсів показник свідомої потреби у заняттях фізичною культурою не тільки вірогідно пов'язаний із більшістю інших вимірних характеристик, але й має з ними досить тісний кореляційний зв'язок ( $\rho$  понад 0,50) із ІРА ( $\rho=0,56$ ), ВР ( $\rho=0,64$ ), ІТП ( $\rho=0,59$ ), ІЗЦ ( $\rho=0,53$ ) (серед студентів із високою потребою у заняттях 86,3% регулярно займаються самостійно фізичними вправами, 70,6% є високомотивованими до занять з фізичного виховання, 95,8% мають високий ІСЗ, 94,7% – високий ІРА, 96,1% – високо теоретично підготовлені і 90,9% мають високий рівень засвоєння цінностей фізичної культури).

У студентів І–ІІ курсів індекс соматичного здоров'я як інтегральний показник прямо корелював із сімома характеристиками ( $\rho$  від 0,0001 до 0,047) за винятком часу, витраченого на рухову активність із малим рівнем

енерговитрат ( $\rho=0,07$ ), та активності на заняттях з фізичного виховання ( $\rho = 0,002$ ), де не зафіксовано статистично вірогідного взаємозв'язку, а із часом для самостійних занять зафіксовано зв'язок на рівні тенденції ( $\rho=0,1$ ,  $p=0,09$ ).

Найвищі показники коефіцієнта кореляції зафіксовано для ІРА ( $\rho=0,44$ ), СЕР ( $\rho=0,45$ ), ІЗЦ ( $\rho=0,66$ ). Ці часто повторювані тенденції та закономірності дозволяють підтвердити *принцип оздоровчої спрямованості неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді*.

До специфічних принципів також відносяться обґрунтовані попередниками: принцип урахування регіональних особливостей під час формування змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, що передбачає врахування клімато-географічних, етнокультурних особливостей та особливостей розвитку фізичної культури і спорту в регіоні, де реалізовується фізкультурна освіта [1]; принцип наступності форм реалізації та засобів неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, обґрунтований на прикладі фізичного виховання студентської молоді у працях В. М. Вовк [6].

## **Практична реалізація аксіологічної складової як світоглядної основи неспеціальної фізкультурної освіти школярів**

### **Зміст та ефективність проекту «Пізнай цінності олімпізму» в умовах навчально-виховного процесу загальноосвітньої школи**

З позицій аксіологічного підходу до розгляду неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді для подальшого його обґрунтування нами здійснено методичне наповнення аксіологічної складової у школярів для опосередкованого впливу на інші частини та забезпечення максимального освітнього ефекту.

Однією з найбільш важливих складових серед розмаїття загальнолюдських та гуманістичних цінностей, що ефективно використовуються у процесі виховання дітей та молоді, є цінності олімпізму, які реалізуються через олімпійську освіту і походять з історії давньогрецького суспільства. Упровадження форм та засобів олімпійської освіти у шкільну освіту відбувається у двох напрямках: у межах навчального процесу та у позаурочний час. У межах навчального процесу освіта і

виховання можуть здійснюватися на пізнавальному (теоретичному) і фізкультурно-оздоровчому рівнях. До більшості навчальних дисциплін (історія, математика, правознавство, географія, валеологія, біологія) доцільно включати розділи, присвячені олімпійській тематиці [4; 8].

Педагоги можуть доповнювати матеріал конкретними фактами, датами, подіями з історії розвитку античних і сучасних Ігор Олімпіад, розповідями про олімпійських чемпіонів, діячів науки, мистецтва, філософів, які зробили вагомий внесок у розвиток олімпійського руху, розповідями про системи фізичного виховання Стародавньої Греції (Спарта, Афіни), про олімпійські види спорту в динаміці їх розвитку, про пам'ятки архітектури, твори мистецтва, що стосуються історії розвитку Олімпійських ігор, про роль сучасного олімпійського руху в боротьбі за мир, про закони і правила сучасного олімпійського руху – Олімпійську хартію [7].

На жаль, у практичній педагогічній роботі в межах олімпійського руху спостерігається надмірне захоплення просвітницьким підходом. Часто покладаються великі надії на те, що шляхом роз'яснювальної роботи, на основі лекцій та бесід, під час олімпійських уроків та олімпійських годин за допомогою лише лозунгів і закликів удасться розв'язати проблему щодо залучення молоді до ідеалів і цінностей олімпізму. При цьому не береться до уваги те, що реальна поведінка людини залежить не тільки від знань, але й від інших чинників, зокрема, від ефективності стимулювання цих орієнтацій і поведінки людини. Найголовніше полягає в тому, щоб створити реальні стимули, які б спонукали людину не тільки визнавати принципи чесної гри, гармонійний розвиток особистості та інші ідеали олімпізму, але й дійсно орієнтуватися на них у своїй поведінці, спрямовувати зусилля на їх утілення в життя.

На сучасному етапі олімпійська освіта повинна знайти відповіді на актуальне запитання, зокрема: «Чи можемо ми ефективно використовувати цінності та ідеали олімпізму в навчально-виховній діяльності школярів?». Позитивна відповідь вимагає більш глибокого вивчення і поширення олімпізму як соціального явища та його складових для кращого розуміння технологій його розповсюдження.

Розроблений і реалізований нами авторський проект «Пізнай цінності олімпізму» [5; 22; 24], на нашу думку, є достатньо ефективним у процесі неспеціальної фізкультурної освіти школярів і може слугувати її аксіологічною основою, оскільки є засобом пізнання олімпійських ідеалів, філософії та стилю життя.

Ми визначили такі цілі проекту:

1. Сприяння розвитку позитивного сприйняття школярами гуманістичних ідеалів і цінностей олімпізму.
2. Ознайомлення учнів із сучасними навчальними технологіями, а також методами збору та презентації інформації.

Виходячи зі змісту олімпійської тематики у навчальних програмах з різних предметів, розроблений нами проект передбачає диференціацію змісту виховної роботи відповідно до вікових груп школярів – середніх (5–9) та старших (10–12) класів і складається з двох частин. Перша частина (пункти 1, 2) може бути реалізована у межах конкретної загальноосвітньої школи. Друга частина (пункт 3) ілюструє, як проект може бути впроваджений на загальнодержавному рівні під централізованим керівництвом.

Важливий інструмент проекту – це навчально-дослідницька технологія Critical Incident Technique. Уявлення про використані у ній прийоми у проекті застосовані у модифікованому вигляді згідно з положеннями праць професорів К. Wexley і G. Latham [31].

Critical Incident Technique використовується в різних галузях, наприклад в управлінні (включаючи управління в освіті), на професійних тренінгах та у психології. Для реалізації цієї технології попередньо підготовлена особа опитує респондентів (людей, для яких заздалегідь розроблені запитання) і просить їх пригадати пов'язані між собою події, які відображають у вказаному порядку ефективно або неефективно виконану роботу. Отримана інформація збирається та аналізується. Особливістю використання Critical Incident Technique у нашому проекті було накопичення учнями інформації про життєві ситуації, у яких поведінка людей відповідає ідеалам і цінностям олімпізму. Причому зафіксовані ситуації повинні відображати не те, що особа проявила певну рису (наприклад, толерантність або повагу до жінки), а те, що саме зробила особа, щоб продемонструвати цю рису. Отже, у проекті ми застосували інструменти, що дозволяють створити уявлення про ключові цінності та ідеали олімпізму у найбільш доступній та докладній формі.

Проект базується на використанні метафор та порівнянь для застосування системи ідеалів і цінностей олімпізму в освітньому контексті. Провідними характеристиками проекту є:

- він розроблений для реалізації у загальноосвітніх школах і може бути використаний у позанавчальний час, причому лише на добровільній основі;
- зусилля школярів повинні спрямовуватися заступниками директора з навчально-виховної роботи, педагогами-організаторами, класними

керівниками і підтримуватися вчителями (у тому числі вчителями фізичної культури);

– учням слід давати завдання фіксувати і робити доповіді про випадки з різних сфер життя, що пов'язані з принципами, цінностями, ідеалами олімпізму. Ми рекомендуємо використовувати, наприклад, такий поділ цінностей: для школярів середнього шкільного віку – випадки, що ілюструють дотримання здорового способу життя, справедливість, почуття колективізму, прагнення вчитися і самовдосконалюватися, самоконтроль, упевненість у собі, протидію проявам пияцтва, наркоманії, бродяжництва, байдужості, насильства; для школярів старшого шкільного віку – випадки прояву людьми урівноваженості якостей тіла, волі і розуму, сприяння утвердженню мирного суспільства, взаєморозуміння між націями в дусі дружби, чесної гри, любові, розуміння особливої ролі жінок у суспільстві, уміння гідно переносити поразку й образу;

– інформацію про життєві ситуації збирали, крім учнів, окремі особи, які їм допомагали, з-поміж спортсменів, педагогів або урядовців, що працюють у сферах, обраних учнями.

Проект було реалізовано у два етапи (табл. 5.1):

I етап (I семестр, половина навчального року). Під загальним керівництвом заступника директора з виховної роботи школярів інформували про мету і завдання заходів, ділили на групи за класами, ознайомлювали з провідними етапами, якими їм необхідно просуватися; згідно з проектом для кожної вікової групи обиралися для засвоєння три–п'ять (залежно від кількості класів та потоків) цінностей олімпізму з-поміж найбільш відомих; кожна з вікових груп під керівництвом відповідальних педагогів-організаторів та класних керівників отримувала завдання збирати інформацію про випадки та життєві ситуації, поведінка людей у яких відповідає певній з обраних цінностей олімпізму, обговорювати їх і коментувати корисність кожного випадку. Учням указувалося на додаткові можливості для активного вивчення обраних цінностей за допомогою батьків, рекомендувалися спортивні телепрограми, підручники.

II етап (II семестр, половина навчального року). Педагогічний колектив визначав найбільш активних учасників проекту та найбільш яскраві приклади прояву поведінки, гідної цінностей та ідеалів олімпізму, і в урочистих умовах заохочував грамотами та подяками.

Найпростішими засобами, що могли б сприяти посиленню сприйняття школярами олімпійських ідеалів і цінностей, є:

а) обговорення того, яким чином прояви цінностей олімпізму з'являються



у навчальному та виховному процесі школи, у змісті навчальних матеріалів;

б) поєднання зусиль учителів різних предметів для вивчення специфічних елементів олімпізму в різному контексті;

в) запрошення видатних спортсменів або спортивних керівників до школи або відвідування спортивних та інших організацій;

г) завдання для учнів складати списки зібраних ситуацій, що ілюструють поведінку, гідну ідеалів і цінностей олімпізму, та презентувати їх іншим групам школярів або в інших школах.

Таблиця 5.1

**Алгоритм реалізації проекту «Пізнай цінності олімпізму»  
в межах конкретно взятої загальноосвітньої школи**

<b>Етапи</b>	<b>Заходи для реалізації проекту</b>	<b>Форма звітності</b>	<b>Відповідальні</b>
I етап	<p>– Ознайомлення персоналу школи з основними завданнями та перебігом реалізації проекту.</p> <p>– Інформування учнів про завдання та послідовність реалізації проекту, ідеали і цінності олімпізму, запропоновані учням для засвоєння.</p> <p>Молодші класи (1–4): чесність, доброзичливість, хоробрість, повага до батьків, звичка ділитися надбаннями з оточуючими, допомога ближньому та інші.</p> <p>Середні класи (5–8): дотримання здорового способу життя, справедливість, почуття колективізму, прагнення вчитися і самовдосконалюватися, самоконтроль, упевненість у собі, протидія проявам пияцтва, наркоманії, бродяжництва, байдужості, насильства тощо.</p> <p>Старші класи (9–12): урівноваженість якостей тіла, волі і розуму, сприяння утвердженню мирного суспільства, взаєморозуміння між націями, чесна гра, любов, розуміння особливої ролі жінок у суспільстві, уміння гідно переносити поразку й образу та ін.</p> <p>– Збір і фіксація інформації про поведінку людей, що відповідає вищезгаданим цінностям та ідеалам.</p> <p>– Обговорення цінності зібраних ситуацій на класних годинах.</p>	<p>Виховні години, класні години.</p> <p>Усні перекази, зошити з нотатками</p> <p>Зошити з нотатками, аудіозаписи.</p> <p>Аудіозаписи, відеозаписи, зошити з нотатками.</p> <p>Аудіозаписи, відеозаписи, зошити з нотатками.</p>	<p>Заступник директора з виховної роботи.</p> <p>Педагогі-організатори, класні керівники.</p> <p>Педагогі-організатори, класні керівники.</p>
II етап	<p>Визначення найбільш активних учасників та найбільш яскравих прикладів поведінки, гідної ідеалів олімпізму, заохочення грамотами і подяками.</p>	<p>Урочисті збори, класні, виховні години.</p>	<p>Заступник директора, педагогі-організатори.</p>

У результаті реалізації запропонованого проекту очікувалося, що учні набудуть:

- *знань* про найбільш поширені ідеали та цінності олімпізму;
- *умінь* вибрати та презентувати найбільш яскраві приклади, що ілюструють людську поведінку, гідну ідеалів та цінностей олімпізму, кооперуватися з однолітками та вчителями для досягнення мети проекту;
- *навичок* описувати і пояснювати цінність практичних вчинків людей, які проявляють відповідність цінностям та ідеалам олімпізму в різних сферах життєдіяльності.

### *Збір інформації про ситуації*

Як зазначалося вище, учням дається завдання збирати інформацію та повідомлення про події, що ілюструють людську поведінку, гідну ідеалів та цінностей олімпізму. Школярі можуть використовувати інформацію, отриману від друзів, спортсменів, педагогів, посадовців та інших осіб.

Для збору інформації можуть використовуватися інтерв'ю, запрошення видатних спортсменів до школи, відвідування спортивних установ та інших організацій, електронна пошта чи Інтернет.

### *Як описати випадок (ситуацію)?*

а) кожний практичний вчинок людей, що демонструють поведінку, гідну ідеалів олімпізму, повинен стосуватися лише однієї особи. У нашому проекті такими особами були спортсмени, посадовці, які працюють у різних сферах;

б) кожна обрана подія повинна описуватися згідно з трьома складовими: становище, в якому вона відбулася (наприклад, інформація поєднана зі спортивною чи навчальною сферою), місце, де відбулася подія, і час події.

Для більш ефективної презентації ситуацій бажано робити фотознімки подій. Як відзначалося вище, кожен випадок повинен ілюструвати, що конкретно зробила людина, щоб продемонструвати таку поведінку в дусі ідей олімпізму.

Залежно від випадку, для опису крок за кроком дій особистості можуть бути використані лише дієслова або послідовність дієслів. Можна також описати мову тіла («...йдучи, він (вона) поглянув(-ла) на...») і надати будь-яку інформацію, що могла б допомогти більш ефективній візуалізації дій людини. На цьому етапі учні можуть попросити людей, які допомагають їм збирати інформацію, пояснити причини, згідно з якими

ситуація дала позитивні результати в певній сфері життєдіяльності. Наприклад, під час опису подій методично необхідним є використання дієслів: «...він сказав таке..., він йшов до..., він організував подію з такими характеристиками..., він запросив...».

#### *Вимоги до ситуацій, що обираються*

Збір інформації про випадки прояву людьми поведінки, що відповідає цінностям та ідеалам олімпізму, має проводитися з дотриманням таких вимог:

а) обрані ситуації повинні містити достовірну інформацію, а також, вони зможуть використовуватися як приклади або освітні засоби;

б) випадки (ситуації) повинні бути корисними для процесу навчання. Тому випадки не повинні бути рідкісними чи екстремальними;

в) випадки повинні включати різноманітні ситуації з навчання у школі, занять у спортивних секціях, позанавчальної діяльності, відвідування лікарських установ, із сім'ї школяра;

г) учням не варто писати про випадки, які є важкими для розуміння або неоднозначними.

Для підвищення результативності реалізації цілей, поставлених у проєкті, урахувалася специфіка вікових груп, з якими він проводився.

#### *Шляхи реалізації проєкту на загальнодержавному рівні*

Запропонований проєкт може функціонувати у всіх регіонах України за організаційною схемою, що запропонована у табл. 5.2 і 5.3, де відображено шляхи реалізації проєкту залежно від віку і кількості учасників.

Альтернативним шляхом реалізації проєкту є можливість його впровадження на всеукраїнському рівні, наприклад під егідою Олімпійської академії України (ОАУ).

Для того щоб проєкт був сприйнятий у межах країни, пропонується створити оргкомітет, членами якого будуть фахівці з олімпійської освіти. Для проведення роботи на місцях у всіх регіонах України за реалізацію проєкту можуть відповідати регіональні відділення ОАУ, регіональні управління освіти і науки або регіональні відділення НОКу.

**Схема реалізації проекту на загальнодержавному рівні  
для школярів середніх класів**

<b>Західні регіони</b>	<b>Центральні регіони</b>	<b>Північні регіони</b>	<b>Східні регіони</b>	<b>Південні регіони</b>
Випадки демонстрації <i>дотримання здорового способу життя</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки демонстрації <i>справедливості</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки демонстрації <i>почуття колективізму</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки демонстрації <i>прагнення вчитися і самовдосконалюватися</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки демонстрації <i>впевненості у собі</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів

**Схема реалізації проекту на загальнодержавному рівні  
для школярів старших класів**

<b>Західні регіони</b>	<b>Центральні регіони</b>	<b>Північні регіони</b>	<b>Східні регіони</b>	<b>Південні регіони</b>
Випадки демонстрації <i>урівноваженості якостей тіла, волі і розуму</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки <i>сприяння утвердженню мирного суспільства</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки <i>розуміння особливої ролі жінок у суспільстві</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки демонстрації <i>ідеалів чесної гри</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів	Випадки демонстрації <i>вміння гідно переносити поразку</i> серед спортсменів, обслуговуючого персоналу змагань, педагогів

Послідовність реалізації проекту на всеукраїнському рівні:

1. ОАУ оголошує список запрошених регіонів для участі у проекті, збирає представників регіональних відділень або директорів експериментальних шкіл за регіонами (західні, центральні, північні, східні, південні) та інформує їх про цілі і завдання проекту, розповсюджує методичні рекомендації.

2. На загальнодержавному рівні проект може реалізовуватися протягом навчального року.

Перший етап (перший семестр): школи країни поділяються на п'ять груп за регіональним принципом: західні регіони – Закарпатська, Львівська, Івано-Франківська, Чернівецька, Хмельницька, Тернопільська, Рівненська, Волинська області; центральні регіони – Вінницька, Черкаська, Кіровоградська, Полтавська, Дніпропетровська області; північні регіони – Житомирська, Чернігівська, Сумська, Київська області, м. Київ; східні регіони – Донецька, Луганська, Харківська області; південні регіони – Одеська, Миколаївська, Херсонська, Запорізька області, АР Крим, м. Севастополь, кожна з яких збирає інформацію про поведінку людей, гідну певних ідеалів або цінностей олімпізму (школярі середніх і старших класів окремо). Кожна група шкіл отримує окреме завдання проекту.

Результати по кожному з п'яти завдань відсилаються до ОАУ, яка перевіряє їх відповідність установленим нормам. ОАУ оцінює кожен випадок (ситуацію) за двома критеріями:

- чи відповідає ситуація культурним, правовим та етичним стандартам;
- чи є ситуація важливою для формування морально-етичних рис особистості.

Ця оцінка може бути надана через питальники чи конференції.

Другий етап (другий семестр): ОАУ виключає зі списку ситуації, що були оцінені як неприйнятні, і відсилає їх новий перелік до регіональних відділень або експериментальних шкіл. Кожне регіональне відділення оцінює ситуації щодо їх освітнього контексту.

Третій – підсумковий етап: ОАУ видає «Освітній провідник» (можливо, збірник з п'яти буклетів), який може включати перелік найбільш ілюстративних ситуацій, установки для втілення проекту у школах, перелік шкіл, учителів, членів ОАУ та інших організацій, які брали активну участь у проекті. У школах країни організують дискусії або інші заходи, поєднані з проектом. Ці заходи організуються на місцевому рівні з використанням існуючих ресурсів кожної школи. Заходи можуть також збагачуватися іншою діяльністю з олімпійської освіти або спортивними змаганнями в регіоні. Пропонується, щоб усі учні були нагороджені дипломами (грамотами) за їх участь у проекті, тому що навіть незначні зусилля можуть привести до видатних досягнень.

Можна підвищити якість реалізації проекту, використовуючи більш досконале технічне та електронне обладнання. Крім того, бажано,

щоб кожне подальше вивчення ситуацій відбувалося на основі переоцінки старих подій.

На загальнонаціональному рівні переваги проекту такі:

- доступність через використання існуючих шкільних ресурсів та кадрів, а також існуючих освітніх, спортивних і професійних організацій у кожній області;

- проект спонукає до відкриття нових шкільних концепцій (ідей) через взаємодію школи з навколишнім середовищем;

- можливість заохочення учнів шляхом нагородження дипломами;

- гнучкість проекту: він може реалізовуватися як з однією школою, так і зі школами всіх регіонів країни. Проектні завдання дозволяють об'єднувати школи і створювати інші комбінації, які могли б сприяти адаптації до місцевих умов. Також можна організувати реалізацію проекту на інших освітніх рівнях;

- фінансова доступність проекту: він може бути реалізований у будь-якій школі майже без витрат.

У загальнодержавному варіанті проекту необхідні витрати:

а) ОАУ на видання «Освітнього провідника», обробку зібраної інформації про події (ситуації), розсилання питальників (або як альтернатива організація зустрічей);

б) регіональних відділень на друкування заохочувальних дипломів, грамот для учнів, які беруть участь у проекті, і розсилання по школах.

Для перевірки ефективності розробленого проекту в умовах навчально-виховного процесу загальноосвітньої школи ми провели педагогічний експеримент на базі спеціальної школи № 15 міста Суми. Проект було запропоновано у середніх (8-х) і старших (10-х) класах, де було визначено 2 основні групи (n=23 та n=21 відповідно) і 2 групи порівняння у паралельних класах шкіл (n=21 та n=20 відповідно) по одній для кожної вікової групи. Школярі класів, що увійшли до основної групи, брали участь в експерименті й підлягали спеціальним виховним впливам, які передбачені у проекті, а школярі контрольних класів не були залучені до проекту й підлягали загальноприйнятим шкільним виховним заходам (виховні години тощо).

Для експериментальної перевірки проекту було використане соціометричне дослідження, що містило кількісну оцінку динаміки ціннісних орієнтацій школярів, визначення ступеня їх згуртованості, міжособистісних і міжгрупових відносин усередині колективу (n=85 осіб).

Таблиця 5.4

**Зміни ціннісних орієнтацій школярів середнього шкільного віку основної групи під впливом проекту «Пізнай цінності олімпізму»**

Рангове місце	До експерименту	% від загальної кількості	Рангове місце	Після експерименту	% від загальної кількості
1	Весела вдача	19,1	1	Дружба	21,6*
2	Дружба	11,5	2	Весела вдача	11,9
3	Добро, неприпустимість злості, грубості	15,3	3–4	Добро, неприпустимість злості, грубості	12,7
4–6	Бажання вчитися, неприпустимість ліні	5,4	3–4	Бажання вчитися, неприпустимість ліні	12,7*
4–6	Чесність, справедливість	5,4	5	Чесність, справедливість	11,2**
4–6	Сила	5,4	6	Неприпустимість шкідливих звичок	7,5**
7	Звичка до занять спортом	4,6	7	Звичка до занять спортом	6,7
			8	Сила	5,2
	<u>Інші (загалом)</u> Усього згадувань	33,3 31		<u>Інші (загалом)</u> Усього згадувань	10,5 134

*Примітки:* \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$

Як індикатори, що відбивали ефективність запропонованого проекту щодо аксіологічної сфери школярів, було визначено: загальну кількість згаданих школярами цінностей; коефіцієнт змін обсягу цінностей, що визначався шляхом ділення загальної кількості згаданих школярами цінностей до експерименту на відповідну кількість після експерименту; середню кількість цінностей, згаданих абстрактним школяром до і після експерименту.

Для школярів середніх класів основної групи до початку експерименту серед згаданих цінностей та ідеалів за кількістю на першій позиції знаходилося позитивне сприйняття веселої вдачі, що становило 19,1% від їх загальної кількості, далі – дружба (11,5%), добро (15,3%), бажання вчитися, працелюбність та неприпустимість ліні, чесність та сила – по 5,3%, звичка займатися спортом – 4,6% та ін. (табл. 5.4).

Упровадження експериментального проекту для школярів середніх класів спричинило позитивні зміни з точки зору сприйняття гуманістичних цінностей олімпізму. Так, загальна кількість згаданих цінностей збільшилася на 2%, коефіцієнт змін обсягу цінностей становив 1,02, а середня кількість цінностей, згаданих абстрактним школяром, збільшилася на 2,3%, вірогідно ( $p < 0,05$ ) почастишало позитивне сприйняття дружби, бажання вчитися, неприпустимість ліні; сприйняття чесності, справедливості покращилося на рівні тенденції ( $p < 0,01$ ). Значущою для школярів стала неприпустимість шкідливих звичок (7,5% від загальної кількості ( $p < 0,01$ )), що і передбачалося у заходах проекту для школярів середніх класів (табл. 5.5).

Таблиця 5.5

**Зміни ціннісних орієнтацій школярів середніх класів  
групи порівняння під впливом проекту  
«Пізнай цінності олімпізму»**

Рангове місце	До експерименту	% від загальної кількості	Рангове місце	Після експерименту	% від загальної кількості
1	Весела вдача	19,5	1	Дружба	20,7
2	Дружба	18,8	2	Чесність, справедливність	15,5
3	Чесність, справедливність	14,3	3	Весела вдача	14,1
4	Добро, неприпустимість злості, грубості	9,8	4	Добро, неприпустимість злості, грубості	7,4
5	Сила	5,3	5	Сила	6,7
6	Бажання вчитися, неприпустимість ліні	4,5	6–7	Бажання вчитися, неприпустимість ліні	4,4
7–8	Неприпустимість неповаги до дівчат	3,8	6–7	Неприпустимість неповаги до дівчат	4,4
7–8	Неприпустимість зазнайства	3,8	8	Неприпустимість заздрості	2,9*
	<u>Інші (загалом)</u> Усього згадувань	20,2 133		<u>Інші (загалом)</u> Усього згадувань	23,9 135

*Примітка:* \* –  $p < 0,05$

У групі порівняння, що складалася з учнів тієї самої школи і не зазнавала впливу експериментального фактору, загальна кількість згаданих



цінностей збільшилася на 1,5%, а позитивні зміни стосувалися лише дружби (на 2%), чесності, справедливості (на 1,2%), сили (1,4%) і не мали вірогідного характеру, тоді як для інших цінностей показники залишилися незмінними або погіршилися.

Для школярів старшого шкільного віку основної групи зафіксовано загалом порівняно меншу кількість згаданих цінностей, ніж для учнів середніх класів. Найчастіше згадуваними до початку експерименту були: дружба – 26 згадувань (23,2% від усього спектра), весела вдача – 24 випадки (21,4%), добро, неприпустимість грубості (9,8%), чесність, справедливість (8,9%), сила (5,4%) тощо (табл. 5.6).

Таблиця 5.6

**Зміни ціннісних орієнтацій школярів  
старшого шкільного віку основної групи під впливом проекту  
«Пізнай цінності олімпізму»**

Рангове місце	До експерименту	% від загальної кількості	Рангове місце	Після експерименту	% від загальної кількості
1	Дружба, взаємодопомога	23,2	1	Чесність, справедливість	19,1*
2	Весела вдача	21,4	2	Дружба, взаємодопомога	17,5
3	Добро, неприпустимість грубості	9,8	3	Весела вдача	15,8
4	Чесність, справедливість	8,9	4	Добро, неприпустимість грубості	7,5
5	Сила	5,4	5-6	Гармонійний розвиток	5*
6	Краса, охайність	4,5	5-6	Повага до дівчат	5*
7	Розум	3,6	7-8	Неприпустимість неохайності	4,2
8	Прагнення займатися спортом	2,7	7-8	Прагнення займатися спортом	4,2
	<u>Інші (загалом)</u> Усього згадувань	20,5 112		<u>Інші (загалом)</u> Усього згадувань	21,7 120

*Примітка:* \* –  $p < 0,05$

Окремо слід відзначити покращання на 1,4% сприйняття прагнення займатися спортом, що є тенденцією, а також появу категорії «здоров'я, неприпустимість шкідливих звичок» ( $p < 0,05$ ).

Нагадаємо, що заходи проекту для старших школярів були спрямовані на сприйняття ідеалів чесної гри (тобто фактично чесності), урівноваженості

якостей тіла, волі і розуму (тобто гармонійного розвитку), розуміння особливої ролі жінок у суспільстві (тобто поважного ставлення та неприпустимості їх ображати), а також на взаєморозуміння між націями тощо.

У групі порівняння загальна кількість згаданих цінностей зменшилася на 4,8%, позитивні зміни стосувалися веселої вдачі, дружби і бажання вчитися, згадування про які почастишали приблизно на 2,7%, неприпустимості зазнайства – на 1,1%, хоча й мали лише характер тенденції і не були статистично вірогідними. З'явилася категорія «надійність» ( $p < 0,05$ ). Для інших цінностей позитивних змін не було зафіксовано (табл. 5.7).

Проект «Пізнай цінності олімпізму» спричинив позитивні зміни у ціннісних орієнтаціях школярів середніх та старших класів основних груп, що брали участь в експерименті, тому може слугувати аксіологічною основою неспеціальної фізкультурної освіти школярів, а під час його реалізації слід ураховувати вікові особливості школярів, ступінь їх інтелектуального і психічного розвитку.

Таблиця 5.7

**Зміни ціннісних орієнтацій школярів  
старшого шкільного віку групи порівняння під впливом проекту  
«Пізнай цінності олімпізму»**

Рангове місце	До експерименту	% від загальної кількості	Рангове місце	Після експерименту	% від загальної кількості
1	Весела вдача	20,8	1	Весела вдача	23,5
2	Дружба	17,6	2	Дружба	20,2
3	Неприпустимість конфліктності, грубості	10,4	3	Неприпустимість конфліктності, грубості	6,7
4	Розум	6,4	4–5	Бажання вчитися	5,9
5	Сила	5,6	4–5	Неприпустимість зазнайства	5,9
6–7	Неприпустимість зазнайства	4,8	6	Сила	5
6–7	Неприпустимість нечесності, хитрості	4,8	7–8	Розум	4,2
8–9	Спільні інтереси	4	7–8	Надійність	4,2*
8–9	Бажання вчитися	4	9	Неприпустимість нечесності	3,4
	<u>Інші (загалом)</u>	21,6		<u>Інші (загалом)</u>	21
	Усього згадувань	125		Усього згадувань	119

*Примітка:* \* –  $p < 0,05$

Як критерії ефективності реалізованого проекту щодо структури взаємовідносин у шкільних класах ми розглядали: кількість взаємних позитивних виборів між членами групи (однокласниками), збільшення якої є позитивним показником у контексті колективних взаємовідносин; кількість міні-груп у класі, зменшення якої позитивно характеризує згуртованість класу;  $C_n$  – індекс групової згуртованості на емоційно-міжособистісному рівні; кількість «ізолюваних» у групах (дітей, яких не обрали жодного разу). Допоміжним критерієм уважався  $C_i$  – індекс соціометричного статусу.

У табл. 5.8 відображено зміни досліджуваних параметрів у групах школярів середнього шкільного віку, що брали участь в експерименті. Так, в основній групі індекс групової згуртованості покращився на 39,9 %, що свідчить про позитивні зміни в міжособистісних відносинах між школярами. Виходячи з того, що інших цілеспрямованих виховних заходів зі школярами не проводилося на час проведення нашого експерименту, ми можемо стверджувати, що вищезгаданий факт став результатом його реалізації.

Таблиця 5.8

**Зміни міжособистісних взаємовідносин у школярів  
під впливом реалізації проекту (середній шкільний вік)**

Параметри	Результати		
	До експерименту	після експерименту	різниця (%)
Основна група			
Індекс групової згуртованості ( $C_n$ )	0,0119	0,0198	39,9
Кількість взаємних позитивних виборів (К)	3	4	25
Кількість міні-груп	7	5	28,6
Кількість ізолюваних	3	0	300
Група порівняння			
Індекс групової згуртованості ( $C_n$ )	0,0143	0,0143	0
Кількість взаємних позитивних виборів (К)	3	3	0
Кількість міні-груп	6	7	14,3
Кількість ізолюваних	3	3	0

Позитивні зрушення були характерні для кількості взаємних позитивних виборів, що збільшилася на 25%, а кількість міні-груп зменшилася на 28,6%. Найбільші позитивні зміни були характерні для кількості ізолюваних школярів, яких після проведення експерименту взагалі

не було, тоді як до початку у групі було троє. У групі порівняння показники залишилися без змін, лише кількість міні-груп збільшилася на 14,3%.

У школярів старшого шкільного віку експериментальної групи більшість показників мала позитивну динаміку. Індекс групової згуртованості на міжособистісному рівні покращився на 20,8%, кількість ізольованих школярів зменшилася на 100%, на 20% збільшилася кількість взаємних позитивних виборів серед однокласників, а кількість міні-груп зменшилася на 40% порівняно з початком експерименту, що свідчить про покращання міжособистісних відносин у класі.

Для старших школярів групи порівняння зафіксоване зниження індексу групової згуртованості й кількості взаємних позитивних виборів на 25%, а кількість міні-груп зменшилася на 16,7%, що є позитивним, тоді як кількість ізольованих залишилася незмінною. Слід відзначити, що школярі всіх вікових груп позитивно сприймають впливи проекту щодо міжособистісних взаємовідносин у класі, тому ефект проекту стосовно міжособистісних взаємовідносин школярів слід уважати підтвердженим шляхом експерименту (табл. 5.9).

Таблиця 5.9

**Зміни міжособистісних взаємовідносин у школярів під впливом реалізації проекту (старший шкільний вік)**

Параметри	Результати		
	до експерименту	після експерименту	різниця (%)
Основна група			
Індекс групової згуртованості ( $C_n$ )	0,019	0,0238	20,8
Кількість взаємних позитивних виборів (К)	4	5	20
Кількість міні-груп	5	3	40
Кількість ізольованих	2	0	100
Група порівняння			
Індекс групової згуртованості ( $C_n$ )	0,0211	0,0158	25,1
Кількість взаємних позитивних виборів (К)	4	3	25
Кількість міні-груп	6	5	16,7
Кількість ізольованих	2	2	0

## **Зміст та ефективність способів кількісної оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді**

На підставі аналізу існуючих підходів до оцінки рівня спеціальної (загальної) фізкультурної освіченості молоді, що навчається, ми дійшли до висновку про необхідність їх удосконалення і доцільність інтегральної оцінки через контроль показників, які всебічно характеризують її зміст. Для застосування з науково-дослідною метою ми розробили індекс спеціальної фізкультурної освіченості (ІНФО), алгоритм розробки якого пропонуємо нижче.

Розробка вищезгаданого індексу проводилася у кілька етапів. На першому етапі на основі аналізу літературних джерел, авторського визначення поняття про спеціальну фізкультурну освіту, наведеного вище, а також результатів підрахунку взаємозв'язків між показниками соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, рівня оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери (загалом 12 показників) у школярів 8–11 класів та студентів I–II курсів ( $n=1281$ ) ми провели відбір вихідних параметрів для створення індексу.

З метою визначення структури взаємозв'язків між згаданими вище показниками ми здійснили факторний аналіз за методом головних компонент і стратегією обертання референтних осей за Квартімакс-критерієм.

У школярів взаємозв'язки між показниками, обраними для застосування у підрахунку індексу спеціальної фізкультурної освіченості, були такими: ІСЗ – ІРА ( $r=0,71$  при  $p < 0,0001$ ), ІСЗ – ІТП ( $r=0,48$  при  $p < 0,0001$ ), ІСЗ – ІЗЦ ( $r=0,71$  при  $p < 0,0001$ ), ІРА – ІТП ( $r=0,43$  при  $p < 0,0001$ ), ІРА – ІЗЦ ( $r=0,66$  при  $p < 0,0001$ ), ІТР – ІЗЦ ( $r=0,35$  при  $p < 0,0001$ ). У студентів: ІСЗ – ІРА ( $r=0,44$  при  $p < 0,0001$ ), ІСЗ – ІТП ( $r=0,14$  при  $p < 0,05$ ), ІСЗ – ІЗЦ ( $r=0,66$  при  $p < 0,0001$ ), ІРА – ІТП ( $r=0,43$  при  $p < 0,0001$ ), ІРА – ІЗЦ ( $r=0,36$  при  $p < 0,0001$ ), ІТП – ІЗЦ ( $r=0,23$  при  $p < 0,0001$ ). Отже, були обрані ті параметри, що мали між собою статистично вірогідний позитивний взаємозв'язок.

Факторний аналіз згаданих вище характеристик дозволив нам обрати параметри, що мали граничне значення факторного навантаження не менше ніж 0,70, та згрупувати їх. Таким чином, було визначено три фактори. До першого й генерального фактору з внеском у загальну дисперсію 43% увійшли такі основні компоненти: соматичне здоров'я, що

представлене індексом соматичного здоров'я (ІСЗ), з факторним навантаженням 0,96; індекс рухової активності (ІРА) з навантаженням 0,95 та його складові – рухова активність із середнім (СЕР) (0,78) та високим рівнями енерговитрат (ВР) (0,80); рівень теоретичної підготовленості, що представлений індексом (ІТП) (0,78), та ступінь засвоєння цінностей фізичної культури (ІЗЦ) (0,85). Цей фактор ми назвали неспеціальна фізкультурна освіченість, виходячи із широкого спектра складових, що практично відповідають структурі неспеціальної фізкультурної освіти за нашими теоретичними пошуками. Другий фактор містив одну характеристику – вік (0,75) і мав факторну вагу 14%. Таким чином, його було названо вікові особливості. Третім фактором виявилася рухова активність на малому рівні енерговитрат (МР) (-0,91) з факторною вагою близько 9% (табл. 5.10).

Таблиця 5.10

**Результати факторного аналізу показників соматичного здоров'я,  
рухової активності, теоретичної підготовленості,  
оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери  
учнівської молоді (n=1281)**

Показники	ФАКТОР 1	ФАКТОР 2	ФАКТОР 3
Вік	-0,1196	<b>0,7505</b>	0,2032
Індекс соматичного здоров'я (ІСЗ)	<b>0,9584</b>	-0,0543	-0,0353
Індекс рухової активності (ІРА)	<b>0,9531</b>	0,0182	0,0029
РА з малими енерговитратами (МР)	-0,0168	-0,1698	<b>-0,9090</b>
РА із середніми енерговитратами (СЕР)	<b>0,7784</b>	-0,1141	0,2408
РА з високими енерговитратами (ВР)	<b>0,8038</b>	0,1517	0,1289
Індекс теоретичної підготовленості (ІТП)	<b>0,7832</b>	0,5215	0,0006
Індекс засвоєння цінностей ФК (ІЗЦ)	<b>0,8499</b>	-0,1887	-0,0172
Рівень оволодіння руховими діями (РОРД)	<b>0,7725</b>	0,2660	-0,3057
Свідома потреба у заняттях ФК (СВПОТРФК)	0,4933	0,2926	-0,1603
Частота самостійних занять ФК (САМЗАН)	0,1794	0,5229	0,1053
Мотивація до занять ФК (МОТИВ)	0,1990	0,5040	-0,2526
Власні значення	5,1848	1,6226	1,1378
Внесок у загальну дисперсію (%)	43	14	9

У результаті до складу індексу було включено ті показники, що мали вірогідний прямий взаємозв'язок між собою та з більшістю інших характеристик, входили до складу провідного фактору (неспеціальної

фізкультурної освіченості): індекс соматичного здоров'я (ІСЗ), індекс рухової активності (ІРА), індекс теоретичної підготовленості (ІТП), рівень оволодіння руховими діями (РОРД), індекс засвоєння цінностей фізичної культури (ІЗЦ). Параметри СЕР та ВР ми не включили до складу індексу через те, що вони є безпосередніми складовими інтегрального індексу рухової активності (ІРА) у процесі його підрахунку і представлені через застосування цього індексу.

На другому етапі з метою визначення співвідношення згаданих вище складових було проведено опитування експертів за методом оцінки ієрархій Т. Сааті [21]. Для цього було залучено фахівців галузі фізичного виховання і спорту різного рівня компетентності, що безпосередньо стосуються неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Загалом в експертному опитуванні взяло участь 5 осіб.

На третьому етапі отримані реальні величини було переведено у безрозмірний еквівалент у діапазоні (0–1) шляхом їх перешкалування за логікою «більше – краще». За мінімум і максимум були прийняті реальні мінімальні і максимальні значення за вибіркою, причому, враховуючи випадковий характер вибірки, ми мінімум зменшили, а максимум збільшили на 10% для охоплення всього можливого діапазону значень перемінних. Якщо у процесі досліджень якесь зі значень реального індивіда виходить за діапазон вимірювань, уводиться обмеження: «якщо ... >1, то ... =1, якщо < 0, то ...=0».

На четвертому етапі було проведено об'єднання перемінних в інтегральний індекс неспеціальної фізкультурної освіченості (ІНФО). Таким чином, у результаті згаданих вище операцій ми отримали індекс неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (формула 5.1):

$$\text{ІНФО} = 0,265 \text{ ІСЗ} + 0,16 \text{ ІРА} + 0,323 \text{ ІЗЦ} + 0,116 \text{ ІТП} + 0,135 \text{ РОРД}, \quad (5.1)$$

де ІНФО – індекс неспеціальної фізкультурної освіченості;

ІСЗ – безрозмірний еквівалент індексу соматичного здоров'я;

ІРА – безрозмірний еквівалент індексу рухової активності;

ІЗЦ – безрозмірний еквівалент індексу засвоєння цінностей фізичної культури;

ІТП – безрозмірний еквівалент індексу теоретичної підготовленості;

РОРД – безрозмірний еквівалент рівня оволодіння руховими діями; числами позначено вагові коефіцієнти цих характеристик за експертним оцінюванням.

На п'ятому етапі було проведено перевірку надійності розробленого індексу шляхом визначення взаємозв'язків результатів, отриманих за його допомогою, з показниками окремих складових індексу.

Таблиця 5.11

**Взаємозв'язок показників індексу неспеціальної фізкультурної освіченості з його складовими у школярів та студентів I–II курсів (n=1281)**

<b>Складові індексу неспеціальної фізкультурної освіченості</b>	<b>Індекс неспеціальної фізкультурної освіченості</b>	<b>Вірогідність взаємозв'язку</b>
Індекс соматичного здоров'я	r=0,84	p < 0,0001
Індекс рухової активності	r=0,82	p < 0,0001
Індекс теоретичної підготовленості	r=0,64	p < 0,0001
Індекс засвоєння цінностей	r=0,80	p < 0,0001
Рівень оволодіння руховими діями	r=0,59	p < 0,0001

У результаті нами зафіксовано статистично вірогідні (p < 0,0001) прямі взаємозв'язки індексу з усіма його складовими у школярів та студентів (n=1281). Найбільше значення коефіцієнта кореляції (r) зафіксоване між результатами ІНФО та ІСЗ (r=0,84), ІНФО та ІЗЦ (r=0,80), ІНФО та ІРА (r=0,82), що дозволяє зробити висновок про надійність цього індексу (ІНФО) (табл. 5.11).

Аналіз статистичних матеріалів засвідчив, що одержані результати неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (n=1281) хвилеподібно підвищуються: у дев'ятому класі (0,35±0,15, p < 0,01) вірогідно зростають порівняно з восьмим (0,32±0,14), зростають на рівні тенденції у десятому порівняно з дев'ятим (0,53±0,15, p < 0,1), стабілізуючись в одинадцятому (0,73±0,14, p > 0,05), тимчасово статистично вірогідно знижуючись на першому курсі університету (0,32±0,11, p < 0,001), що пояснюється наслідками вступних випробувань та процесом адаптації до підвищених розумових та психічних навантажень першокурсників, й підвищуючись на другому курсі до 0,37±0,11 (p < 0,001) (табл. 5.12).



**Динаміка показників неспеціальної  
фізкультурної освіченості учнівської молоді  
на різних етапах навчальної діяльності (n=1281)**

Клас/курс	Статистичні показники				
	n	$\bar{x}$	S	m	Вірогідність (p)
8	241	0,32	0,14	0,009	
9	330	0,35	0,15	0,008	< 0,01
10	196	0,53	0,15	0,011	< 0,1
11	209	0,73	0,14	0,01	> 0,05
I	149	0,32	0,11	0,009	< 0,001
II	156	0,37	0,11	0,009	< 0,001
Загалом	1281	0,36	0,14	–	–

Ці результати піддаються логіці побудови навчального процесу школярів та студентів і є підтвердженням надійності розробленого індексу. Про його надійність свідчить також вірогідна відмінність між результатами у юнаків та дівчат ( $t=8,021$  при  $p < 0,001$ ) (табл. 5.13).

Таблиця 5.13

**Статеві відмінності між показниками неспеціальної  
фізкультурної освіченості учнівської молоді (n=1281)**

Параметр	Статистичні показники					
	юнаки (n=657)		дівчата (n=624)		t	p
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
ІНФО	0,389	0,006	0,327	0,005	8,021	< 0,001

Для застосування з науково-дослідницькою метою розробленого й верифікованого індексу неспеціальної фізкультурної освіченості, спираючись на проведені раніше контрольні вимірювання, нами встановлено відповідність між його кількісними та якісними показниками (розподілено їх на рівні – низький, середній і високий). Для цього всі результати вимірювання показників, що включено до індексу, було проранжовано за таким алгоритмом:

- низьким рівнем (I) уважались менші, ніж  $x-\sigma$ ;
- середнім рівнем (II) – ті, що знаходяться у діапазоні  $x\pm\sigma$ ;
- високим рівнем (III) – більші за  $x+\sigma$ .

Далі були підраховані усі показники, які увійшли до складу індексу, з урахуванням їх вагових коефіцієнтів за формулою 5.2 і визначені кількісні межі за рівнями неспеціальної фізкультурної освіченості (табл. 5.14).

$$ИФО = \frac{\sum_{i=1}^n \omega_i r_i}{\sum_{i=1}^n \omega_i}, \quad (5.2):$$

де ИФО – індекс неспеціальної фізкультурної освіченості;

n – кількість змінних;

$\omega_i$  – вагові коефіцієнти за експертним оцінюванням;

$r_i$  – значення рангів усіх складових індексу.

Таблиця 5.14

**Кількісна інтегральна оцінка рівня неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді**

Кількісна оцінка неспеціальної фізкультурної освіченості (у. о.)	Рівень неспеціальної фізкультурної освіченості	Якісна оцінка рівня неспеціальної фізкультурної освіченості
менше ніж 0,22	I	низький
0,22–0,5	II	середній
більше ніж 0,5	III	високий

Для використання в умовах навчально-виховного процесу загальноосвітніх шкіл та ВНЗ, експрес-оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості молоді, що навчається, ми розробили спрощений варіант індексу – *експрес-індекс неспеціальної фізкультурної освіченості для школярів (ЕИФО) і для студентів I–II курсів (ЕИФОС)*.

Для використання в умовах навчально-виховного процесу загальноосвітніх шкіл, експрес-оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді, нами був розроблений експрес-індекс неспеціальної фізкультурної освіченості (ЕИФО). До його змісту були включені найбільш зручні для підрахунку і використання в умовах навчального процесу показники, які можуть бути визначені шляхом анкетування за модифікованою нами анкетною А. Н. Журавльова (дод. А): обсяг добової рухової активності високого рівня в годинах (ВР, питання

№9 анкети), перешкалований у бали (1–3), який прямо характеризує рухову активність і тісно пов'язаний з показниками соматичного здоров'я молоді ( $r = 0,63$ ,  $p < 0,0001$ ), індексами засвоєння цінностей фізичної культури ( $r = 0,59$ ,  $p < 0,0001$ ) та теоретичної підготовленості ( $r = 0,38$ ,  $p < 0,0001$ ), рівень оволодіння руховими діями – РОРД (у балах (1–3), питання №11 анкети), що прямо характеризує рухову складову неспеціальної фізкультурної освіти школярів ( $r = 0,42$ ,  $p < 0,0001$ ); свідома потреба в заняттях фізичною культурою – СВПОТРФК (у балах (1–3), питання №6 анкети), яка прямо характеризує аксіологічних складову неспеціального фізкультурної освіти ( $r = 0,61$ ,  $p < 0,0001$ ) і тісно пов'язана з соматичним здоров'ям ( $r = 0,63$ ,  $p < 0,0001$ ), частота самостійних занять фізичними вправами (САМЗАН) (у балах (1–3), питання №8 анкети), що відображає рухову активність ( $r = 0,63$ ,  $p < 0,0001$ ).

З метою розробки експрес-індексу для молоді шкільного віку, враховуючи те, що діапазон згаданих вище чотирьох характеристик є однаковим (РОРД, СВПОТРФК, САМЗАН є ранговими з розмірністю від 1 до 3, а ВР було перешкаловано у трибальну шкалу), а їх максимальне значення у сумі становить 12, ми використали функцію додавання і створили експрес-індекс неспеціальної фізкультурної освіченості за 12-бальною шкалою, який може бути використаний у навчальному процесі (формула 5.3):

$$\text{ЕІНФО} = \text{ВР} + \text{РОРД} + \text{СВПОТРФК} + \text{САМЗАН}, \quad (5.3)$$

де ЕІНФО – експрес-індекс неспеціальної фізкультурної освіченості школярів (у. о.);

ВР – обсяг добової рухової активності з енерговитратами високого рівня (балів);

РОРД – рівень оволодіння руховими діями (балів);

СВПОТРФК – свідома потреба у заняттях фізичною культурою (балів);

САМЗАН – частота самостійних занять фізичними вправами (балів).

Алгоритм кількісного оцінювання неспеціальної фізкультурної освіченості на прикладі школярів за експрес-індексом відображено у табл. 5.15. Він передбачає наступну послідовність дій:

1. Збір емпіричної інформації: анкетування, спостереження тощо.
2. Зіставлення отриманих даних відповідно до вимог оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості.

3. Кількісна оцінка неспеціальної фізкультурної освіченості (формула 5.3).

4. Якісна оцінка неспеціальної фізкультурної освіченості (таблиця 5.15).

5. Підвищення неспеціальної фізкультурної освіченості конкретних школярів у разі необхідності (принцип зворотного зв'язку).

Таблиця 5.15

**Алгоритм експрес-оцінки неспеціальної  
фізкультурної освіченості школярів**

Показник, спосіб оцінки	Одиниці вимірювання		Якісна оцінка показника	Кількісна оцінка НФО (сума балів за показниками)	Якісна оцінка НФО (рівні)
	год	бали			
Обсяг добової рухової активності високого рівня (ВР, анкетно)	0–1	1	низький	4–6	низький
	1,1–2	2	достатній		
	2,1–3	3	високий		
Рівень оволодіння руховими діями (РОРД, анкетно, візуально)	–	1	низький	7–9	середній
	–	2	середній		
	–	3	високий		
Свідома потреба в заняттях фізичною культурою (СВПОТРФК, анкетно)	–	1	низька	10–12	високий
	–	2	середня		
	–	3	висока		
Частота самостійних занять фізичними вправами (САМЗАН, анкетно)	–	1	низька	10–12	високий
	–	2	середня		
	–	3	висока		

Для перевірки надійності розробленого експрес-індексу було визначено взаємозв'язок результатів, одержаних за його допомогою, з показниками, що отримані на тому ж контингенті з використанням більш точного, вже верифікованого індексу, що розрахований на застосування з науково-дослідницькою метою.

Таким чином, зафіксовано статистично вірогідний ( $p < 0,0001$ ) прямий взаємозв'язок між результатами, які одержані за допомогою двох різних індексів, що свідчить про надійність розробленого нами експрес-індексу (табл. 5.16).

**Взаємозв'язок показників неспеціальної фізкультурної освіченості, отриманих за допомогою експрес-індексу (ЕІНФО), з показниками за повною версією індексу (ІНФО) серед учнівської молоді (n=1281)**

	<b>ЕІНФО</b>	
<b>ІНФО</b>	rS=0,658	p < 0,001

Крім того, з аналогічною метою ми здійснили аналіз взаємозв'язків між показниками, отриманими за допомогою індексів відповідно до рівнів неспеціальної фізкультурної освіченості молоді, а також порівняння результатів за статевою ознакою.

Відзначимо те, що серед молоді з низькими показниками неспеціальної фізкультурної освіченості, отриманими за допомогою експрес-індексу, 71,98% показали низький рівень у результаті підрахунку за повною версією індексу і лише 2,42% – високий рівень; серед тих, хто був оцінений як такий, що має високий рівень за експрес-індексом, 52,94% отримали також високий рівень у результаті оцінювання за повною версією (табл. 5.17), що також є підтвердженням надійності розробленого індексу.

Таблиця 5.17

**Результати неспеціальної фізкультурної освіченості за повною версією індексу у молоді з різними рівнями неспеціальної фізкультурної освіченості, визначеними за допомогою експрес-індексу (n=1281,  $\rho=0,66$ ,  $p < 0,001$ )**

<b>Рівні</b>		<b>ЕІНФО</b>		
		<b>низький (n=414)</b>	<b>середній (n=459)</b>	<b>високий (n=408)</b>
<b>ІНФО</b>	<b>низький (%)</b>	71,98	17,21	0,74
	<b>середній (%)</b>	25,6	59,69	46,32
	<b>високий (%)</b>	2,42	23,09	52,94
	<b>усього (%)</b>	100	100	100

Про надійність отриманого індексу свідчить також вірогідна відмінність між результатами у юнаків та дівчат ( $t=8,02$  при  $p < 0,001$ ) (табл. 5.18).

**Статеві відмінності між показниками неспеціальної фізкультурної освіченості, отриманими з використанням експрес-індексу за 12-бальною шкалою (n=976)**

Параметр	Статистичні показники					
	юнаки (n=476)		дівчата (n=500)		t	p
	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m		
<b>ЕІНФО</b>	7,66	0,06	6,92	0,07	8,02	< 0,001

Аналогічно було створено експрес-індекс для студентів I–II курсів з використанням коефіцієнта масштабування ( $k=8,33$ ) як результату об'єднання 12-бальної та 100-бальної шкал для переведення розмірності індексу у 100-бальну шкалу (формула 5.4):

$$\text{ЕІНФОС} = 8,33 [\text{ВР} + \text{РОРД} + \text{СВПОТРФК} + \text{САМЗАН}], \quad (5.4)$$

де ЕІНФОС – значення експрес-індексу неспеціальної фізкультурної освіченості студентів I–II курсів;

ВР – обсяг добової рухової активності високого рівня (балів);

РОРД – рівень оволодіння руховими діями (балів);

СВПОТРФК – свідома потреба у заняттях фізичною культурою (балів);

САМЗАН – частота самостійних занять фізичними вправами (балів).

Інші способи оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді ми пропонуємо у вигляді рівнянь регресії на основі визначення взаємозв'язків результатів ІНФО (науково-дослідний варіант) з окремими характеристиками неспеціальної фізкультурної освіченості (індекс соматичного здоров'я, індекс засвоєння цінностей фізичної культури, індекс теоретичної підготовленості, індексом рухової активності).

Спосіб оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді через взаємозв'язок з індексом соматичного здоров'я на основі регресійного аналізу (табл. 5.19) у вигляді рівняння регресії, що має високу статистичну вірогідність ( $F=14803,00$  при  $p<0,0001$ ) пропонуємо у формулі 5.5:

$$y = 0,086 + 0,056 x_1, \quad (5.5)$$

де  $y$  – індекс неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (у. о.);

$x_1$  – індекс соматичного здоров'я (балів).

Таблиця 5.19

**Результати регресійного аналізу залежності неспеціальної  
фізкультурної освіченості учнівської молоді ( $y$ )  
від рівня соматичного здоров'я**

Характеристики	Статистичні показники		
	$\beta$ -коеф.	$\alpha$ -коеф.	$S_a$
Вільний коефіцієнт		0,086	0,002
Індекс соматичного здоров'я ( $x_1$ )	0,959	0,056	0,0001

Інший варіант оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді через взаємозв'язок із засвоєнням цінностей фізичної культури (табл. 5.20) у вигляді рівняння регресії, що має високу статистичну вірогідність ( $F=8835,5$  при  $p < 0,0001$ ), пропонуємо нижче (формула 5.6):

$$y = -0,087 + 0,081 x_1, \quad (5.6)$$

де  $y$  – індекс неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (у. о.);

$x_1$  – індекс засвоєння цінностей ФК (балів).

Таблиця 5.20

**Результати регресійного аналізу залежності неспеціальної  
фізкультурної освіченості учнівської молоді ( $y$ ) від рівня  
засвоєння цінностей фізичної культури**

Характеристики	Статистичні показники		
	$\beta$ -коеф.	$\alpha$ -коеф.	$S_a$
Вільний коефіцієнт		-0,087	0,005
Індекс засвоєння цінностей ФК ( $x_1$ )	0,935	0,081	0,001

Спосіб оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді через взаємозв'язок з індексом теоретичної підготовленості на основі регресійного аналізу (табл. 5.21) у вигляді рівняння регресії,

що має високу статистичну вірогідність ( $F=601,29$  при  $p < 0,0001$ ), пропонуємо у формулі 5.7:

$$y=0,055+0,047 x_1, \quad (5.7)$$

де  $y$  – індекс неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (у. о.);

$x_1$  – індекс теоретичної підготовленості (балів).

Таблиця 5.21

**Результати регресійного аналізу залежності неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (у) від рівня теоретичної підготовленості**

Характеристики	Статистичні показники		
	$\beta$ -коеф.	а-коеф.	$S_a$
Вільний коефіцієнт		0,055	0,012
Індекс теоретичної підготовленості ( $x_1$ )	0,565	0,047	0,002

Останній спосіб оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді пропонуємо через взаємозв'язок з індексом рухової активності (табл. 5.22) у вигляді рівняння регресії ( $F=5596,9$  при  $p < 0,0001$ ) (формула 5.8):

$$y = -1,618 + 0,059 x_1, \quad (5.8)$$

де  $y$  – індекс неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (у. о.);

$x_1$  – індекс рухової активності (балів).

Таблиця 5.22

**Результати регресійного аналізу залежності неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді (у) від рівня рухової активності**

Характеристики	Статистичні показники		
	$\beta$ -коеф.	а-коеф.	$S_a$
Вільний коефіцієнт		-1,618	0,026
Індекс рухової активності ( $x_1$ )	0,93	0,059	0,001





1. Барабашов С. В. Теоретико-методические основы личностно ориентированной технологии физкультурного образования школьников : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Барабашов Сергей Викторович. – Омск, 2000. – 390 с.
2. Бек У. Что такое глобализация / У. Бек ; пер. с нем. А. Григорьева, В. Седельникова. – М., 2001. – 200 с.
3. Бондаревская Е. В. Гуманистическая парадигма личностно ориентированного образования / Е. В. Бондаревская // Гуманистическая теория и практика спорта / Рос. гос. акад. физ. культуры, Гуманитар. центр «СпАрт» ; Сургут. гос ун-т. – М. ; Сургут, 2000. – Вып. 3 : Спортивно-гуманистическое воспитание детей и молодежи. – С. 179–189.
4. Булатова М. М. Олімпійська освіта у системі навчально-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів України / М. М. Булатова, В. М. Єрмолова. – К. : Олімп. л-ра, 2007. – 44 с. – (Навчальне видання).
5. Виховання школярів на основі цінностей олімпізму : метод. реком. для педагогів-організаторів і вчителів / [уклад. О. А. Томенко]. – Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2009. – 36 с.
6. Вовк В. М. Социально-педагогические основы категории преемственность физического воспитания учащейся и студенческой молодежи / В. М. Вовк // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт : зб. – Чернігів : ЧДПУ, 2008. – № 54. – Т. 1. – С. 73–78.
7. Гуслистова И. И. Методология интегративного подхода к олимпийскому образованию / И. И. Гуслистова // Мир спорта. – 2004. – № 4. – С. 82–86.
8. Ермолова В. М. Интеграция олимпийского образования в учебно-воспитательный процесс средней школы / В. М. Ермолова, М. М. Булатова // Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех : материалы XII Междунар. науч. конгр. – М. : Физ. культура, 2008. – Т. 1. – С. 98–99.
9. Калиниченко І. О. Гігієнічні основи оптимізації фізичного виховання школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора мед. наук : спец. 14.02.01 «Гігієна та професійна патологія» / І. О. Калиниченко. – К., 2010. – 40 с.
10. Кібальник О. Я. Фітнес-технологія як засіб підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків 13–15 років / О. Я. Кібальник // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 3. – С. 78–81.
11. Коровин С. С. Структура физической культуры личности / С. С. Коровин // Теоретическое и технологическое обеспечение образования по физической культуре и спорту в учебно-педагогическом комплексе : материалы Всерос. науч.-практ. конф. – Тольятти, 2003. – С. 172–174.
12. Корсак К. Проблемы педагогики и перспективы их решения в новом тысячелетии / К. Корсак // Народное образование. – 2002. – № 2. – С. 44–54.

13. Круцевич Т. Ю. Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: концептуальні підходи до розгляду / Т. Ю. Круцевич, О. А. Томенко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 3. – С. 48–51.
14. Литвин А. Т. Исторические предпосылки и теоретико-методологические основы современной системы физического воспитания : автореф. дисс. на соискание ученой степени канд. физ. восп. : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / А. Т. Литвин. – К., 2008. – 22 с.
15. Лотоненко А. В. Физическая культура и ее виды в реальных потребностях студенческой молодежи / А. В. Лотоненко, Е. А. Стеблецов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 22–26.
16. Лубышева Л. И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 11–17.
17. Маковецька Н. В. Формування фізичної культури і здорового способу життя особистості: теоретичний аспект проблеми / Н. В. Маковецька // Вісник Запорізького національного університету. – 2009. – № 1. – С. 64–70.
18. Парсонс Т. О социальных системах / Т. Парсонс ; под ред. В. Ф. Чесноковой, С. А. Белановского. – М., 2002. – 224 с.
19. Педагогический энциклопедический словарь / [гл. ред. Б. М. Бим-Бад ; редкол. : М. М. Безруких, В. А. Болотов, Л. С. Глебова и др.]. – М. : Большая Российская энциклопедия, 2003. – 528 с.
20. Прохорова Н. А. Компетентный подход к совершенствованию самостоятельной работы студентов : автореф. ... дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук. : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Н. А. Прохорова. – Казань, 2005. – 20 с.
21. Саати Т. Аналитическое планирование. Организация систем / Т. Саати, А. Кернс. – М. : Радио и связь, 1991. – 224 с.
22. Томенко О. А. Гуманістичні цінності сучасного олімпізму як аксіологічна основа неспеціальної фізкультурної освіти школярів / О. А. Томенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х. : ХДАФК, 2009. – № 4. – С. 138–141.
23. Томенко О. А. Формування понятійного апарату неспеціальної фізкультурної освіти в умовах сучасності / О. А. Томенко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 2. – С. 99–102.
24. Томенко О. А. Ефективність аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів / О. А. Томенко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2010. – № 2. – С. 186–188.
25. Тюмасева З. И. Словарь-справочник современного общего образования: акмеологические, валеологические и экологические тайны / З. И. Тюмасева, Е. Н. Богданов, Н. П. Щербак. – СПб. : Питер, 2004. – 464 с.
26. Хуторской А. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования / А. Хуторской // Народное образование. – 2003. – № 2. – С. 58–64.

27. Ayers S. F. Participation in sports and physical education in American secondary schools / S. F. Ayers // *The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. – 2008. – № 11. – P. 121–123.

28. Marshall S. J. Definitions and Measurements / S. J. Marshall, G. J. Welk // *Youth Physical Activity and Sedentary Behavior. Challenges and Solutions*. –United States : Human Kinetics, 2008. – P. 143–175.

29. Sport Scotland (2008). Muslim women in sport: a minority within a minority. [Электронный ресурс]. – Режим доступа до дж. :

<http://www.sportscotland.org.uk/pages/download.aspx?id=%7B0B1E3B86-C824-4B27-8698-D48062C928A1%7D>.

30. Welk G. J. The Role of Physical Activity Assessments for School-Based Physical Activity Promotion / G. J. Welk // *Measurement in Physical Education and Exercise Science*. – 2008. – Vol. 12. – P. 184–206.

31. Wexley K. Identifying Training Needs. *The Training and Development Sourcebook* / K. Wexley, G. Latham. – Ambrest : Human Resource Development Press, 1985. – 209 p.

32. Worldwide Variability in Physical Inactivity: A 51-Country Survey / R. Guthold, T. Ono, K. Strong // *American Journal of Preventive Medicine*. – 2008. – Vol. 34, № 6. – P. 486–494.

# ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ

Аналіз науково-методичної літератури дозволив установити, що провідними сучасними *тенденціями і закономірностями розвитку* неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді є гуманізація, зумовлена потребою у гуманізації суспільства взагалі, оздоровча спрямованість, використання цінностей та ідеалів олімпійської педагогіки з метою вдосконалення її аксіологічного і теоретичного компонентів. Слід відзначити, що праці В. В. Приходька, Л. І. Лубишевої стосовно студентів, С. В. Барабашова та В. В. Пономарева стосовно школярів частково розкривають сутність проблеми побудови методології фізкультурної освіти в її неспеціальному (загальному, непрофесійному) спрямуванні. Ці дослідження і розроблені у них концепції становлять методологічну основу проведених нами наукових пошуків.

Наявні концепції фізкультурної освіти (фізкультурного виховання) присвячені окремо шкільній або університетській фізкультурній освіті, недостатньо повно відображають її сутність в умовах сучасного українського суспільства, не розкривають наступність у використанні її форм та засобів для різних вікових груп і потребують уточнення для побудови теоретико-методологічних основ неспеціальної фізкультурної освіти молоді, що навчається.

Дана праця покликана надолужити прогаяне попередниками й розв'язати важливу наукову проблему – проблему розробки та обґрунтування теоретико-методологічних основ неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. На підставі аналізу одержаних результатів та критичного переосмислення досвіду міжнародної практики неспеціальної фізкультурної освіти нами здійснено відокремлення суто освітньої складової фізичної культури учнівської молоді у вигляді неспеціальної фізкультурної освіти як самостійного явища, методологію якого побудовано у вигляді концептуальної моделі.

Різноманітність концептуальних підходів до неспеціальної фізкультурної освіти характеризується парадигмою пріоритетності людини й особистості. Серед проаналізованих підходів в основу розробки концептуальної моделі неспеціальної фізкультурної освіти молоді, що навчається, нами покладено *системний, культурологічний, діяльнісний та аксіологічний підходи*.

У дослідженнях ми доповнюємо дані фахівців щодо сутності неспеціальної фізкультурної освіти. У більшості проаналізованих визначень понять автори розуміють неспеціальну фізкультурну освіту як «цілеспрямований процес» або «педагогічний процес» (педагогічний процес за визначенням завжди є цілеспрямованим), тоді як ми доводимо, що цей процес може здійснюватися також і не цілеспрямовано (хаотично, випадково), наприклад, здобуття знань та інформації від друзів, батьків, із засобів масової інформації тощо. Тому ми розуміємо неспеціальну фізкультурну освіту як педагогічний процес з усіма властивими йому ознаками, що ілюструють неподільність освіти і соціуму та їх взаємовплив, але у нашому випадку розуміння сутності неспеціальної фізкультурної освіти є значно ширшим і впливає зі структури фізичної культури особистості, описаної у визначенні Т. Ю. Круцевич.

Розроблене нами широке визначення поняття неспеціальної фізкультурної освіти відображає її сутність, мету і структуру та дозволяє сформулювати теоретико-методологічне підґрунтя у вигляді: філософських положень теорії дидактики і виховання, що розкривають природу освітнього процесу; досліджень, що формують теорію фізичної культури; досліджень медико-біологічного і соціально-психологічного спектра.

Згідно із уточненим нами визначенням поняття, *неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді* – це різновид фізичної культури, педагогічний процес, що здійснюється як цілеспрямовано у навчальних закладах неспортивного профілю, фізкультурно-оздоровчих клубах і секціях, так і недостатньо цілеспрямовано під час побутової, оздоровчо-рекреаційної діяльності, у системі спорту для всіх з метою сприяння формуванню фізичної культури особистості через засвоєння цінностей фізичної культури, оволодіння специфічними знаннями, формування відповідної мотивації та рухових навичок, а також результат цих процесів.

Досвід міжнародної практики неспеціальної фізкультурної освіти охоплює проекти та програми з підвищення рухової активності населення і здоров'язбереження, які ми поділили за обсягом цільової аудиторії на

індивідуальні, колективні (групові), загальнодержавні та міжнародні, а за цільовою спрямованістю ми виділили програми для різних груп населення (для жінок, дітей та молоді, малозабезпечених сімей тощо).

Важливим для розв'язання проблеми нашого дослідження слід уважати досвід міжнародних організацій, що здійснюють освітню діяльність у напрямку олімпійської освіти. Освітня діяльність Міжнародної олімпійської академії представлена сесіями та програмами для різних вікових груп населення, найбільш масовими з яких є Міжнародна сесія молодих учасників та Міжнародний семінар післядипломної олімпійської освіти. Освітня діяльність Асоціації учасників Міжнародної олімпійської академії полягає у виданні і поширенні інформаційного бюлетеня, співробітництва з олімпійськими академіями країн світу, організації у Стародавній Олімпії сесій раз на два роки та проведенні зимових і регіональних сесій.

Аналіз літературних джерел та офіційних Інтернет-сайтів свідчить про те, що спартіанська технологія духовного і фізичного оздоровлення молоді у Росії має яскраво виражений інтегративний характер через орієнтацію як на фізичне, так і на духовне оздоровлення, виходячи з форм, засобів і методів, що застосовуються. Вона передбачає комплекс освітніх і культурних форм роботи в системі оздоровлення, виховання й організацію дозвілля дітей і молоді: організацію й проведення спартіанських ігор, створення й організацію роботи спартіанських клубів (шкіл, ігротек, ігрових таборів), залучення дітей і молоді до спартіанського руху.

Вивчення програмно-нормативних документів дозволило визначити *наступність у реалізації неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді* на базі навчальних закладів, що виражається у:

- нарощуванні обсягів навчальних навантажень від двох–трьох годин на тиждень у школярів до чотирьох годин у студентів вищих навчальних закладів;

- раціональній побудові варіативної складової неспеціальної фізкультурної освіти на основі послідовного опанування техніки гімнастики, спортивних ігор, плавання, легкої атлетики, аеробіки, туризму від школи до вищого навчального закладу;

- використанні форм реалізації, що взаємно доповнюють одна одну (урочна, позаурочна, самостійні у школярів; лекції, практичні, семінарські, індивідуальні, секційні заняття у студентів I–II курсів).

Основним результатом наших досліджень є те, що ми розробили й обґрунтували зміст *концептуальної моделі*, яка акумулює викладені теоретико-методологічні основи неспеціальної фізкультурної освіти як нового напрямку у структурі фізичної культури учнівської молоді, що містить змістовно-процесуальний і персоніфіковано-результативний рівні; теоретичну, практичну, аксіологічну, рухову і здоров'язберігаючу складові; визначили та обґрунтували структуру, функції, принципи, умови і форми реалізації, засоби і рівні неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Загалом обґрунтована нами концептуальна модель *вирішує питання щодо розкриття теоретико-методологічних основ неспеціальної фізкультурної освіти такого контингенту як учнівська молодь* (молоді люди віком від 14 років), що навчається у школах.

Під час розробки концептуальної моделі ми виходили з уявлення про те, що процес неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді, покликаний слугувати кінцевій *меті* – сприянню формуванню фізичної культури особистості, що є базою для успішного вирішення багатьох проблем шкільної фізичної культури, запорукою успішного існування на початковому етапі людської життєдіяльності. У результаті досягнення цієї мети людина повинна отримати у своє розпорядження найважливіший «інструментарій», який може бути використаний для вдосконалення своїх фізичних і духовних можливостей протягом усього життя.

Відповідно до наших уявлень про сутність неспеціальної фізкультурної освіти вона повинна полягати не у процедурі рухового «натаскування», а становити процес перетворення об'єкта впливу (учня) шляхом засвоєння ним такої інформації і способів діяльності, які б дозволяли успішно пізнавати і вдосконалювати самого себе, свою фізичну природу. У зв'язку з цим завданнями неспеціальної фізкультурної освіти молоді, що навчається, є *загальні*, а також *специфічні*. Серед загальних: оволодіння системою знань, необхідних для ведення здорового способу життя та повноцінної життєдіяльності у соціумі; засвоєння цінностей фізичної культури; оволодіння життєво важливими руховими вміннями і навичками.

Специфічними завданнями неспеціальної фізкультурної освіти школярів ми вважаємо: сприяння підготовці до вступу у вищі навчальні заклади та навчання у них, а також подальшій життєдіяльності; виховання потреби самостійно займатися фізичними вправами, свідомо застосовувати їх для відпочинку, тренування, підвищення працездатності і зміцнення здоров'я. Специфічними завданнями для студентів I–II курсів є: сприяння

підготовці до швидкого та якісного оволодіння професією, перенесення нервово-психічних навантажень; підвищення стійкості організму до впливу негативних факторів, що зустрічаються у процесі навчання у вищому навчальному закладі та майбутній професійній діяльності.

На підставі власних теоретичних пошуків виділимо *функції* неспеціальної фізкультурної освіти молоді, яка навчається, що випливають з її сутності і відображають структуру, відіграють важливу роль у процесі формування фізичної культури особистості: навчальну, інформаційну, виховну, функцію розвитку.

*Принципами* неспеціальної фізкультурної освіти є найбільш типові закономірності її функціонування, що часто повторюються: загальні та специфічні. До загальних відносяться: демократизація, гуманізація, патріотизм, науковість, спрямованість на виховання гармонійно розвиненої особистості. Серед *специфічних принципів* обґрунтовано у нашому дисертаційному дослідженні: принцип пролонгованого впливу рухової активності у процесі навчальної діяльності молоді та принцип пріоритету ціннісного ставлення молоді до фізичної культури.

Проведене нами лонгітюдне дослідження рухової активності учнівської молоді з інтервалом у два роки дозволило виявити закономірності та взаємозв'язки, характерні для рухової активності молоді на різних етапах навчальної діяльності. Так, для юнаків:

- великі обсяги малорухомого способу життя у 8 класі спричиняють збільшення таких у подальшому житті (10 клас, перший курс навчання в університеті);

- у десятому класі підвищення обсягів рухової активності на сидячому рівні інтенсивності призводить до їх збільшення протягом подальшої навчальної діяльності, що є негативним явищем;

- у восьмикласників обсяги рухової активності середнього рівня енерговитрат вірогідно впливають на подальші обсяги згаданої вище активності наприкінці восьмого класу та початку десятого класу;

- важливим є етап завершення 10 класу школи, коли слід уживати заходи щодо підвищення обсягів рухової активності із середнім рівнем енерговитрат;

- для зменшення обсягів рухової активності на сидячому рівні у першокурсників слід заздалегідь (у восьмому класі школи та на початку десятого) сприяти підвищенню обсягів високоінтенсивної рухової активності.



Аналіз даних рухової активності дівчат дозволив відзначити таке:

– визначальними періодами, коли формується звичка до малорухомого способу життя, є початок восьмого класу, а також завершення десятого класу. За допомогою цілеспрямованої стимуляції дівчат до рухової активності на цих етапах ми можемо опосередковано впливати на їх активність протягом наступних років навчання у школі та університеті. Тобто ті дівчата, які під час навчання у десятому класі школи великі обсяги часу відводили на перегляд телепередач, відпочинок лежачи, роботу за комп'ютером, через два роки (наприкінці I курсу університету) стали малоактивними в контексті фізичних навантажень середньої інтенсивності (прогулянки, робота по господарству, рухливі перерви);

– стимуляція до фізичної активності середнього рівня інтенсивності у 8 класі школи дасть можливість підвищити її обсяги у подальші роки (10 клас, перший курс університету), що загалом оптимізує рухову активність дівчат цього віку.

Здійснений аналіз результатів наших досліджень дозволив виділити найбільш типові закономірності рухової активності учнівської молоді й обґрунтувати специфічний принцип – *принцип пролонгованого впливу рухової активності у процесі освітньої діяльності молоді*, що полягає у:

– вірогідному впливові часу, витраченого на високоінтенсивну рухову активність на більш ранніх етапах навчальної діяльності (8–10 класи), на обсяги участі в організованих високоінтенсивних заняттях фізичними вправами під час навчання у ВНЗ (I курс);

– вірогідному зворотному впливові обсягів сидячої активності й малорухомого способу життя у 8-му класі на обсяг високоінтенсивної фізичної активності у подальшому, починаючи з 10-х класів школи й переходу до ВНЗ, і, навпаки, впливові обсягу часу, витраченого на високоінтенсивні вправи у школярів 8-х класів, що спричиняє зменшення обсягів сидячої роботи за комп'ютером і перегляду телепередач у подальшому.

У результаті проведених досліджень ми виділили кілька *форм реалізації* змісту неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Серед них форми реалізації: у сім'ї; самодіяльні форми; організовані форми (у навчальних закладах у навчальний і позанавчальний час, у сфері спорту, у системі спорту для всіх).

Унаслідок узагальнення сутності неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді ми виділили її *засоби*, що частково відповідають засобам фізичного виховання як цілеспрямованого педагогічного

процесу: фізичні вправи (циклічні вправи; вправи-елементи єдиноборств; вправи, що є елементами рухливих та спортивних ігор; танцювальні вправи; вправи-елементи складнокоординаційних видів спорту) і засоби використання слова.

Процес неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді можна умовно поділити на два рівні: змістовно-процесуальний, що представлений процесом засвоєння цінностей (аксіологічна складова), здобуттям спеціальних знань (теоретична складова) та рухових умінь і навичок (практична складова), а також персоніфіковано-результативний рівень, який відображає результати попередньо отриманої неспеціальної фізкультурної освіти відносно фізичної культури конкретної особистості у вигляді того, наскільки відповідає її рухова активність віковим нормам, і, як результат, яким є рівень збереженого фізичного здоров'я молоді людини.

За підсумками дослідження взаємозв'язків між показниками соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери визначено, що загалом для учнівської молоді одним із найбільш інформативних показників поряд з індексом соматичного здоров'я, індексом рухової активності та свідомою потребою у заняттях фізичною культурою є індекс засвоєння цінностей фізичної культури (ІЗЦ), що досягається за рахунок взаємодії з усіма вимірними характеристиками (з п'ятьма з них – на високому та середньому рівнях ( $p > 0,50$ )). Це дозволяє обґрунтувати специфічний принцип неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді – *принцип пріоритету ціннісного ставлення до фізичної культури*.

Для пошуку шляхів змістовного наповнення аксіологічної складової неспеціальної фізкультурної освіти школярів ми провели дослідження рівня сприйняття вітчизняними й зарубіжними фахівцями гуманістичних цінностей олімпізму. Серед них високий рівень сприйняття відзначено для таких, як: «покращання здоров'я», «рівні можливості участі для всіх» та «командний дух»; рівень вище середнього – «повага до суперників», «особистий досвід», «колективізм», «рівність»; середній рівень – «соціальні відносини», «братерство», «верховенство права» та ін. Цінності, що сприймаються загалом і вітчизняними, і зарубіжними фахівцями на високому та середньому рівнях, ми запропонували до використання як аксіологічне підґрунтя виховання дітей шкільного віку. Зазначені цінності були покладені в основу авторського проекту «*Пізнай цінності олімпізму*».

Цей проект, розрахований на покращання виховного аспекту неспеціальної фізкультурної освіти школярів через засвоєння ними аксіологічного потенціалу сучасного олімпізму, ми вважаємо таким, що доповнює розробки авторів щодо технологій олімпійської освіти учнівської молоді. Більшість розробок авторів з проблеми олімпійської освіти школярів насамперед спрямовано на поглиблення знань з олімпійської тематики і пов'язаних з ними умінь, лише опосередковано сприяють розвитку у молоді сприйняття цінностей олімпізму. У нашому проекті на основі використання аксіологічного підходу в освіті передбачено передусім формування у школярів ціннісних орієнтацій, опори на гуманістичні цінності олімпізму, які розкриті в Олімпійській хартії, Кодексі честі олімпійця України, публікаціях провідних фахівців.

Експериментальна перевірка проекту «Пізнай цінності олімпізму» через визначення впливу його заходів на рівень сприйняття школярами середніх і старших класів гуманістичних цінностей олімпізму та комплекс показників, що характеризують міжособистісні взаємовідносини у шкільних класах, дала позитивний ефект. У результаті зафіксовано статистично вірогідні позитивні кількісні зміни в експериментальних групах, що склалися з учнів 8 та 10 класів. Результати наших експериментальних досліджень збігаються зі спостереженнями попередників щодо формування у школярів середніх і старших класів позитивних якостей особистості, покращання міжособистісних відносин у процесі діяльності, пов'язаної з олімпійською освітою.

Пошук шляхів інтегральної (комплексної) оцінки рівня неспеціальної фізкультурної освіченості не обмежується тільки нашими дослідженнями. Донедавна єдиним критерієм якості фізкультурної освіти вважалися показники розвитку рухових здібностей. Головне завдання викладачів зводилося до банального «натаскування» на складання контрольних нормативів, а вирішення освітніх завдань лише декларувалося.

Ми доповнили дані попередників про способи кількісної оцінки рівня неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді, розробили алгоритм оцінки цього явища для науково-дослідницьких цілей, що передбачає врахування всієї структури неспеціальної фізкультурної освіченості, внесок вагових коефіцієнтів її складових у результуюче значення *індексу неспеціальної фізкультурної освіченості* учнівської молоді (ІНФО). Алгоритм розробки індексу побудований на основі визначення взаємозв'язків між показниками соматичного здоров'я, рухової

активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери учнівської молоді та їх факторного аналізу. Розроблений нами індекс містить ширший спектр показників, ніж варіанти, запропоновані попередниками, пройшов перевірку на надійність (процедуру верифікації) шляхом зіставлення показників юнаків та дівчат, порівняння за різними етапами навчальної діяльності, визначення взаємозв'язків між показниками індексу та характеристиками його складових. До його складу увійшли такі характеристики: індекс соматичного здоров'я (ІСЗ), індекс рухової активності (ІРА), індекс теоретичної підготовленості (ІТП), індекс засвоєння цінностей фізичної культури (ІЗЦ), рівень оволодіння руховими діями (РОРД).

Результатом нашого дослідження, що подано вперше, є спосіб експрес-оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості школярів та студентів, що дістав назву *експрес-індексу неспеціальної фізкультурної освіченості* (ЕІНФО), який вимірюється у школярів за 12-бальною шкалою, а для студентів може бути переведений у 100-бальну (ЕІНФОС). До його змісту серед характеристик, що статистично вірогідно пов'язані між собою у школярів та студентів ( $r$  від 0,08 до 0,42;  $p$  від 0,0001 до 0,02), було відібрано ті, що є найбільш зручними для підрахунку й використання в умовах навчального процесу (можуть бути визначені шляхом анкетування): обсяг добової рухової активності з енерговитратами високого рівня; рівень оволодіння руховими діями (РОРД); свідомо потреба у заняттях фізичною культурою (СВПОТРФК), що прямо характеризує аксіологічну складову неспеціальної фізкультурної освіти; частота самостійних занять (САМЗАН).

Про надійність розробленого експрес-індексу свідчить статистично вірогідний ( $p < 0,0001$ ) взаємозв'язок між результатами, які одержані за двома різними варіантами індексу. Доказом надійності індексу є і те, що серед молоді з низькими показниками неспеціальної фізкультурної освіченості, отриманими за допомогою повної версії індексу, 72% показали низький рівень у результаті підрахунку за експрес-індексом і лише 2% – високий; серед тих, хто були оцінені як такі, що мають середній та високий рівні, 52,9% отримали також середній і високий рівні у результаті оцінювання за експрес-індексом.

# ДОДАТКИ

## Додаток А

Анкета

Шановний школяр!

Ми проводимо опитування з метою врахування Ваших інтересів стосовно фізичної культури і спорту. Просимо обвести колом ті варіанти відповідей, що найбільш повно відбивають Вашу думку.

Ваш вік \_\_\_\_\_ Стать \_\_\_\_\_ Місто (селище) \_\_\_\_\_

Навчальний заклад \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

1. Оцініть чи задоволені Ви уроками фізичної культури в школі?
  - а) цілком задоволений;
  - б) не зовсім задоволений;
  - в) не задоволений.
  
2. Оцініть, будь ласка, свою активність на уроках фізичної культури?
  - а) активний, займався з інтересом;
  - б) іноді активний, займався без особливого інтересу;
  - в) намагався не займатися взагалі.
  
3. Якщо Ви не задоволені уроками фізичної культури (або) не проявляєте активності, що Вас не влаштовує?
  - а) цільова спрямованість уроків;
  - б) організація занять;
  - в) стиль роботи вчителів;
  - г) інше (напишіть) \_\_\_\_\_
  
4. Відвідували б Ви уроки фізичної культури у школі, якби вони не були обов'язкові ?
  - а) так;
  - б) іноді;
  - в) ні.
  
5. Чи задоволені Ви своїм фізичним станом?
  - а) так, цілком задоволений;
  - б) не зовсім задоволений;
  - в) не задоволений.
  
6. Чи вважаєте Ви, що заняття фізичною культурою й спортом для Вас необхідні?
  - а) так;
  - б) ні;
  - в) важко відповісти.

7. Чи займаєтесь організовано фізичною культурою й спортом (окрім занять у школі)?

- а) так;
- б) іноді;
- в) ні.

- Якщо ви позитивно відповіли на попереднє питання, вкажіть яким видом спорту або рухової активності ви організовано займаєтесь:

- а) спортивні ігри;
- б) єдиноборства;
- в) оздоровчий біг;
- г) легка атлетика;
- д) заняття у тренажерному залі;
- е) інші види \_\_\_\_\_

- Якщо ви негативно відповіли на попереднє питання, вкажіть яким видом спорту або рухової активності ви хотіли б організовано займатися:

- а) спортивні ігри;
- б) єдиноборства;
- в) оздоровчий біг;
- г) легка атлетика;
- д) інші види \_\_\_\_\_

8. Чи займаєтесь Ви у вільний час самостійно фізичною культурою й спортом?

- а) так;
- б) іноді;
- в) ні.

- Якщо Ви позитивно відповіли на попереднє питання, вкажіть яким видом спорту або рухової активності ви самостійно займаєтесь:

- а) спортивні ігри;
- б) єдиноборства;
- в) оздоровчий біг;
- г) заняття у тренажерному залі;
- д) інші види \_\_\_\_\_

- Якщо ви негативно відповіли на попереднє питання, вкажіть яким видом спорту або рухової активності ви хотіли б займатися:

- а) спортивні ігри;
- б) єдиноборства;
- в) оздоровчий біг;
- г) заняття у тренажерному залі;
- д) інші види \_\_\_\_\_

9. Скільки часу на день Ви витрачаєте на участь у спеціально організованих заняттях фізичними вправами: інтенсивні ігри, плавання, біг, катання на велосипеді тощо?

\_\_\_\_\_ год \_\_\_\_\_ хв

10. Якого роду мотивація спонукає Вас до занять фізичною культурою (розставте відповіді в ранговому порядку за ступенем значущості (8 – найбільш значуще; 7,6,5,4,3,2,1 – менш значущі)).

Профілактика здоров'я	
Потреба в досягненні поваги з боку однолітків	
Емоційне задоволення від рухової активності	
Прагнення до виховання в собі важливих якостей особистості	
Формально, необхідно для оцінки з фізичної культури	
Почуття боргу перед батьками	
Прагнення уникнути можливостей покарань або неприємностей	
Розвиток фізичних якостей, оволодіння руховими навичками	

11. Оцініть рівень оволодіння даного учня (учениці) руховими діями (біг, стрибки, плавання, пересування на лижах, гімнастичні вправи, елементи спортивних ігор тощо) (відповідає вчитель фізичної культури).

- а) високий;
- б) середній;
- в) низький.

12. Які цінності Ви вважаєте для себе значущими (розставте відповіді в ранговому порядку по ступені значимості (5- найбільше значимо,4,3,2,1 – найменш значуща).

Цінності – цілі (розуміння ролі ФК в успішному навчанні, фізичне благополуччя, зміцнення здоров'я	
Цінності – знання (система практичних і спеціальних знань з фізичної культури, спрямованих на використання в житті)	
Цінності – засоби (основа для досягнення цінностей – цілей (оволодіти засобами фізичного виховання для самонавчання і самовиховання)	
Цінності – відносини (відношення до самого себе, до середовища де здійснюється фізкультурно – спортивна діяльність)	
Цінності – якості (значення й зміст отримання, розвитку й виховання різноманітних якостей особистості в процесі фізичного виховання)	

# Додаток Б

Таблиця Б.1

**Взаємозв'язок між показниками соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями та мотиваційно-ціннісної сфери школярів 8–11 класів**

ρ		Школярі 8–11 класів										
		ІСЗ	ІРА	МР	СЕР	ВР	ІТП	ІЗЦ	РОРД	СВПОТР ФК	САМЗАН	МОТИВ
Студенти I–II курсів	ІСЗ	х	<b>0,71***</b>	<b>0,14**</b>	<b>0,63***</b>	<b>0,69***</b>	<b>0,48***</b>	<b>0,71***</b>	<b>0,37***</b>	<b>0,61***</b>	<b>0,13***</b>	<b>0,18***</b>
	ІРА	0,44***	х	<b>0,17**</b>	<b>0,73***</b>	<b>0,72***</b>	<b>0,43***</b>	<b>0,66***</b>	<b>0,42***</b>	<b>0,55***</b>	<b>0,1*</b>	<b>0,19***</b>
	МР	0,002	-0,16**	х	<b>-0,06</b>	<b>-0,03*</b>	<b>-0,07</b>	<b>0,15***</b>	<b>0,16***</b>	<b>0,13**</b>	<b>-0,05</b>	<b>0,15***</b>
	СЕР	0,45***	0,58***	-0,38***	х	<b>0,45***</b>	<b>0,38***</b>	<b>0,59***</b>	<b>0,35***</b>	<b>0,48***</b>	<b>0,12**</b>	<b>0,18***</b>
	ВР	0,21***	0,64***	-0,12*	0,16**	х	<b>0,44***</b>	<b>0,57***</b>	<b>0,42***</b>	<b>0,53***</b>	<b>0,11**</b>	<b>0,17***</b>
	ІТП	0,14*	0,43***	-0,24***	0,25***	0,44***	х	<b>0,35***</b>	<b>0,29***</b>	<b>0,58***</b>	<b>0,12**</b>	<b>0,13***</b>
	ІЗЦ	0,66***	0,36***	0,02	0,37***	0,15**	0,23***	х	<b>0,31***</b>	<b>0,61***</b>	<b>0,09**</b>	<b>0,15***</b>
	РОРД	0,072	0,27***	-0,012	0,14*	0,29***	0,29***	0,14*	х	<b>0,46***</b>	<b>0,17***</b>	<b>0,22***</b>
	СВПОТРФК	0,2***	0,56***	-0,05	0,28***	0,64***	0,59***	0,32***	0,46***	х	<b>0,08*</b>	<b>0,13***</b>
	САМЗАН	0,1	0,2**	-0,06	0,1	0,32***	0,28***	0,04*	0,36***	0,43*	х	<b>0,21***</b>
	МОТИВ	0,1*	0,1	-0,06	0,1*	0,13*	0,23***	0,12*	0,2***	0,23***	0,19**	х

*Примітки:* ІСЗ – індекс соматичного здоров'я; ІРА – індекс рухової активності; МР – час, витрачений на рухову активність із малим рівнем енерговитрат; СЕР – час, витрачений на рухову активність із середнім рівнем енерговитрат; ВР – час, витрачений на рухову активність із високим рівнем енерговитрат; ІТП – індекс теоретичної підготовленості; ІЗЦ – індекс засвоєння цінностей фізичної культури; РОРД – рівень оволодіння руховими діями; СВПОТРФК – свідома потреба у заняттях фізичною культурою; САМЗАН – частота самостійних занять фізичними вправами; МОТИВ – мотивація до занять фізичною культурою; \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$ .



# ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
<b>Розділ 1. Проблемне поле та особливості розвитку неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді .....</b>	<b>7</b>
Понятійний апарат загальнонаукового рівня, що стосується неспеціальної фізкультурної освіти .....	8
Понятійний апарат спеціальнонаукового рівня, що стосується неспеціальної фізкультурної освіти .....	13
Особливості розвитку спеціальної фізкультурної освіти школярів за кордоном.....	26
Розвиток спеціальної фізкультурної освіти студентів за кордоном.....	40
Гуманізація спеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді через застосування засобів та форм олімпійської освіти.....	45
Теоретичні аспекти концептуалізації спеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді.....	55
<b>Розділ 2. Методологічне і програмно-нормативне забезпечення неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді.....</b>	<b>75</b>
Підходи науковців до вивчення і реалізації спеціальної фізкультурної освіти .....	75
Програмно-нормативне забезпечення спеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді в навчальних закладах України .....	85
<b>Розділ 3. Міжнародна практика спеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді .....</b>	<b>95</b>
Організація здоров'язбережної освіти і рухової активності населення у високорозвинених країнах світу .....	95
Шляхи інтеграції міжнародного досвіду олімпійської освіти у процесі спеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді.....	108
Особливості освітньої діяльності міжнародних організацій з олімпійської освіти.....	108
Освітня діяльність оргкомітетів з проведення Ігор Олімпіад .....	120
Система гуманістичних цінностей сучасного олімпізму та шляхи її інтеграції в освітній процес.....	138
Спартіанські форми спортивно-гуманістичного виховання у процесі фізкультурної освіти дітей та молоді у Росії.....	144

<b>Розділ 4. Стан та взаємозв'язки окремих показників фізичної культури особистості учнівської молоді.....</b>	<b>155</b>
Статеві відмінності прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери учнівської молоді .....	155
Особливості прояву показників соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери учнівської молоді на різних етапах навчальної діяльності.....	163
Стан соматичного здоров'я школярів та студентів I–II курсів .....	168
Взаємозв'язок між рівнями рухової активності учнівської молоді на різних етапах навчальної діяльності .....	172
Напрями та характер взаємозв'язків між показниками соматичного здоров'я, рухової активності, теоретичної підготовленості, оволодіння руховими діями й мотиваційно-ціннісної сфери школярів та студентів I–II курсів .....	179
<b>Розділ 5. Концептуальна модель неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді та її обґрунтування .....</b>	<b>198</b>
Зміст концептуальної моделі неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді .....	198
Система принципів неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді та їх теоретичне обґрунтування .....	226
Практична реалізація аксіологічної складової як світоглядної основи неспеціальної фізкультурної освіти школярів .....	229
Зміст та ефективність проекту «Пізнай цінності олімпізму» в умовах навчально-виховного процесу загальноосвітньої школи .....	229
Зміст та ефективність способів кількісної оцінки неспеціальної фізкультурної освіченості учнівської молоді.....	245
<b>ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ.....</b>	<b>260</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>269</b>

Наукове видання

**ТОМЕНКО Олександр Анатолійович**

**НЕСПЕЦІАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА  
УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ  
ТЕОРІЯ І МЕТОДОЛОГІЯ**

Монографія

Відповідальна за випуск: *А. А. Сбруєва*

Комп'ютерна верстка: *І. Є. Трифонова*

Здано в набір 17.01.12. Підписано до друку 15.02.12.

Формат 60x84/16. Гарн. Times. Друк ризогр. Папір офсет.

Умовн. друк. арк. 16,0. Обл. вид. арк. 17,1. Замов. № 223. Вид № 4.

Наклад 300 прим.

ПВФК «Видавництво «МакДен»,

40022, Суми, вул. Тополянська, 16, тел. (0542) 25-10-54, 78-11-83

Віддруковано у видавництві СумДПУ імені А. С. Макаренка

ISBN 978-966-2305-36-4



9 7 8 9 6 6 2 3 0 5 3 6 4 >

