

УДК 378.02;796.011.3

## ПЕДАГОГИ ПРО ЗМІСТ ТА ОРГАНІЗАЦІЮ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ

Петро ПЕТРИЦА

*Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка,  
м. Тернопіль, Україна, e-mail: petrytsa@tnpu.edu.ua*

**Анотація.** У статті проаналізовано анкетування професорсько-викладацького складу щодо змісту й організації процесу формування особистої фізичної культури студентів.

*Метою* дослідження є визначити зміст й організацію процесу формування особистої фізичної культури студентів.

Наше дослідження виявило, що більшість опитаних вважає, що основним показником сформованості особистої фізичної культури студентів є відповідний стан здоров'я, який повинен стати стрижнем цього процесу. Думки респондентів щодо якості формування особистої фізичної культури студентів ми об'єднали у чотири групи.

**Ключові слова:** фізичне виховання, особиста фізична культура, студент.

### ПЕДАГОГИ О СОДЕРЖАНИИ И ОРГАНИЗАЦИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ

Петр ПЕТРИЦА

*Тернопольский национальный педагогический  
университет имени Владимира Гнатюка,  
г. Тернополь, Украина,  
e-mail: petrytsa@tnpu.edu.ua*

**Аннотация.** В статье проанализировано анкетирование профессорско-преподавательского состава по содержанию и организации процесса формирования личной физической культуры студентов.

*Целью* нашего исследования является определить содержание и организацию процесса формирования личной физической культуры студентов.

Наше исследование показало, что большинство опрошенных высказались за то, что ведущим показателем сформированности личной физической культуры студентов является надлежащее состояние здоровья, которое должно стать стержнем этого процесса.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, личная физическая культура, студент.

### CONTENT AND ORGANIZATION OF STUDENTS' PHYSICAL CULTURE FORMATION

Petro PETRYTSA

*Ternopil National Pedagogical University  
named after Volodymyr Hnatyuk, Ternopil,  
Ukraine, e-mail: petrytsa@tnpu.edu.ua*

**Annotation.** The article examines the questionnaire of the professorial and teaching staff concerning the content and the organization of students' physical culture.

The research is aimed to determine the content and the process of the formation of the students' physical culture.

The research showed that the majority of the inquired think that the leading indicator of students' personal physical culture formation is a good health. It should become a pivot of this process. Respondents' opinions were divided into four groups according to the quality of students' personal physical culture formation.

**Keywords:** physical education, personal physical culture, student.

**Актуальність.** Формування особистої фізичної культури студентів суттєво залежить від фаховості педагогів й адміністрації навчального закладу, організації процесу навчання, якісного навчально-методичного, матеріального забезпечення і рівня фізичної культури батьків [1, 2, 8].

Багато науковців [3, 4] вважають, що фізична культура студентів визначається рівнем знань, умінь, вихованості, діяльності, природними й соціальними умовами. Особисті знання, вміння, вихованість, діяльність у галузі фізичного виховання за певних природних і соціальних умов формують відповідну фізичну підготовленість і загартованість студента. При високій якості реалізації цих факторів, особливо діяльності, вони зростатимуть, і їх можна вважати показниками особистої фізичної культури студентів. Для розв'язання першочергового завдання фізичного виховання – зміцнення здоров'я – слід особливу увагу звертати на фізкультурно-оздоровчу діяльність студентів у різних сферах життєдіяльності.

**Мета дослідження** – визначити зміст й організації процесу формування особистої фізичної культури студентів.

**Методи та організація дослідження.** Теоретичні – аналіз та синтез, узагальнення матеріалів вітчизняної та зарубіжної науково-методичної літератури, тестування.

**Виклад основного матеріалу.** З метою вивчення думки фахівців щодо змісту й організації процесу формування особистої фізичної культури студентів ми провели опитування у вигляді анкетування професорсько-викладацького складу у галузі фізичного виховання та спорту.

Такий склад респондентів обрано не випадково. В успішному формуванні фізичного виховання студентів повинні бути зацікавлені не тільки їхні батьки, які хочуть бачити своїх дітей здоровими, високоосвіченими, культурними, гармонійно фізично й духовно розвиненими. У цьому мають бути зацікавлені педагогічні колективи закладів вищої освіти, які хочуть бачити у своїх вихованцях ті ж риси, що і їх батьки.

Провідні фахівці у галузі освіти зацікавлені [3,5], передусім, у поліпшенні загального становища у фізичному вихованні та формуванні основ фізичної культури, особливо в студентському віці, коли особистість сформована.

Узагальнивши результати опитування респондентів, ми отримали інформацію про позицію щодо процесу формування особистої фізичної культури студентів.

Перше питання анкети стосувалося інформації про респондентів. Аналізуючи ці дані, ми можемо говорити про те, що стаж роботи опитаних коливався від 5 до 44 років, посади, які займали респонденти, – від асистента до доктора наук, професора. Вони представляли вищі міста Тернополя, Львова, Кременця, Івано-Франківська та Києва.

Друге питання анкети стосувалося значущості показників особистої фізичної культури студента та розподілу їх за рейтингом.

Більшість опитаних погодилася з тим, що основним показником сформованості особистої фізичної культури студентів є відповідний стан здоров'я, який повинен стати стрижнем цього процесу (табл. 1). Іншим показником, який виступає провідним у процесі формування особистої фізичної культури студента, є фізичний розвиток і фізична підготовленість. Зауважимо, що сучасні концепції визначення здоров'я, як стану організму передбачають удосконалення цих двох компонентів у процесі його поліпшення і зміцнення [6].

Таблиця 1

**Значущість показників особистої фізичної культури студентів**

Показники	Рейтинг показників
Уміння виконувати основні вправи з розділу програми з фізичного виховання	3
Фізичний розвиток та фізична підготовленість як складники фізичного здоров'я	2
Стан здоров'я студента	1
Духовні, моральні, соціальні цінності	4

Третю позицію рейтингу займає вміння виконувати основні вправи з розділу програми з фізичного виховання. Занепокоєння викликає остання позиція показника про духовні, моральні, соціальні цінності. На нашу думку, без духовної основи не може бути сформований повноцінний базис, на якому формуватиметься надалі фізична культура особистості студента. Це підтверджуються дослідження [9].

Третє питання анкети стосувалося визначення значущості окремих умінь як показника оцінювання особистої фізичної культури студента. Більша частина респондентів погодилися з тим, що у процесі формування особистої фізичної культури студентів пріоритетними

повинні бути уміння самостійно виконувати ранкову гімнастику. З іншого боку, виконання ранкової гімнастики сприяє профілактиці порушення постави, серед студентів це досить поширене явище. За результатами результати наших попередніх досліджень виявлено низькі показники самостійних занять фізичними вправами студентами [8].

Другу і третю позицію займають вправи для відновлення розумової, фізичної працездатності та формування правильної постави.

Останні дві позиції, на думку респондентів, зайняли уміння самостійно організувати рухові ігри та самостійно виконувати активну фізкультпаузу. Це пов'язано, на нашу думку, з тим, що респонденти підкреслили вміння виконувати вправи на відновлення працездатності, а активна фізкультурна пауза на це і спрямована. Щодо вміння організувати рухові ігри, то такий низький рейтинг пояснюється (як було виявлено в бесідах) переконанням респондентів, що формування особистої фізичної культури студента повинно відбуватись індивідуально, а не в колективних діях і змаганнях.

Щодо значущості теоретичних знань, то респонденти на першу позицію ставлять у рейтингу елементарні знання про визначення функціонального стану власного організму, знання елементарних правил надання першої допомоги, на другу – знання про здоровий спосіб життя (режим дня, харчування, особиста гігієна), знання про загартовування. Далі йдуть знання правил поведінки у спортзалі (на майданчику), на воді та знання про техніку безпеки під час занять фізичними вправами. На нашу думку, техніка безпеки під час виконання фізичних вправ повинна займати вищу позицію у рейтингу, адже студент може отримати поза навчальним процесом травму, виконуючи вправи самостійно (причиною цього є незнання елементарних правил техніки безпеки, тобто відсутність знань про те, як запобігти ушкодженням).

Немає єдиної думки серед респондентів щодо ролі учасників процесу фізичного виховання у формуванні особистої фізичної культури студента. Проте перевагу у цьому рейтингу респонденти надають самому студенту. Іншу позицію займають педагоги, які повинні скеровувати цей процес. Через обмеженість фінансування значно менше впливають на молодь і спортивні організації [6], про що свідчить і результат опитування – третя позиція у рейтингу. У боротьбі за престиж країни на змаганнях різного рангу загублено масову фізичну культуру [1], тому громадські організації займають четверту позицію рейтингу.

На п'ятому місці рейтингу учасників – релігійні громади, яким респонденти зовсім не надають значення у процесі формування особистої фізичної культури студентів. Фізична культура охоплює не лише фізичну, але й духовну сферу людини, тому тут досить важливе значення можуть мати релігійні громади [10]. Координатором цієї співпраці повинен бути викладач фізичного виховання, але, очевидно, це ще не трапилось.

Цінною, на нашу думку, є інформація, яку ми отримали, щодо значення різних форм занять у процесі формування особистої фізичної культури студентів. Більше ніж 50% опитаних вважають, що найефективніше процес формування особистої фізичної культури студента відбувається на аудиторних заняттях, далі – на індивідуальних, лише потім – самостійних заняттях. Це спричинено тим, що під впливом розвитку технічного прогресу (комп'ютерних ігор, Інтернет-систем тощо) зменшується цікавість студентів до самостійних форм занять фізичними вправами. З іншого боку, самостійні форми занять сьогодні майже не використовують у вишах. Єдиною формою занять залишається здебільшого аудиторна робота.

Останнім питанням анкети ми намагалися з'ясувати, чи може якісно відбуватися процес формування особистої фізичної культури студентів в умовах, які склалися в суспільстві на сьогодні. Більшість респондентів (68,75%) відповіли, що проводити якісно процес формування особистої фізичної культури студента в умовах сьогодення можливо (рис. 1), водночас все залежить, передусім, від педагога, який зможе залучити до цього процесу інші зацікавлені сторони.

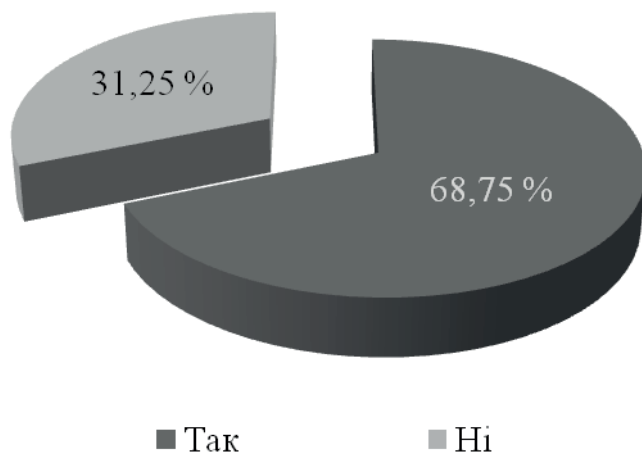


Рис. 1. Відповіді респондентів щодо можливості якісного формування особистої фізичної культури студента у сучасних умовах (у %)

Окрім відповідей на питання, ми запропонували респондентам аргументувати їх. Проаналізовані аргументи були об'єднані в чотири основні групи:

- при такій кількості годин, що передбачені на процес фізичного виховання, у вищі неможливо домогтися якісних результатів;
- матеріальне забезпечення галузі фізичного виховання залишає бажати кращого;
- науково-методичне забезпечення процесу формування особистої фізичної культури студента є на низькому рівні, а подекуди й зовсім відсутнє;
- відсутність комплексного підходу до процесу формування особистої фізичної культури студентів. Окремо розробляються і впроваджуються методики оздоровлення, навчання рухливих ігор, засвоєння теоретичних знань, формування окремих умінь.

**Висновки.** Аналіз науково-методичних джерел виявив, що дедалі частіше трапляються публікації, які свідчать про недостатню ефективність занять з фізичного виховання у вищих навчальних закладах України, тоді як формування особистої фізичної культури студентів значно залежить від компетентності педагогів та адміністрації навчального закладу, організації процесу навчання, якісного навчально-методичного, матеріального забезпечення; за результатами нашого анкетування виявлено, що процес формування особистої фізичної культури студентів в умовах, які склалися в суспільстві на сьогодні, може відбуватися якісно. Проводити якісно процес формування особистої фізичної культури студента в умовах сьогодення можливо, що підтвердили 68,75% респондентів. Водночас це залежить, передусім, від педагога, який зможе залучити до цього процесу інші зацікавлені сторони.

**Перспективи досліджень** у цьому напрямку полягають у визначенні поліпшення змісту організації та методики розвитку особистої фізичної культури студентів.

#### Список літератури

1. *Грабовський Ю. А.* Масова фізична культура і спорт: основи організації та методики : навч. посіб. для студ. вищ. закл. освіти галузі знань : 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» / Ю. А. Грабовський, В. П. Ткачук, С. І. Степанюк. – Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2013. – 231 с.
2. *Грінченко І. Б.* Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури в нових умовах / І. Б. Грінченко // Вища освіта України. – 2011. – С. 84–93.
3. *Завидівська Н. Н.* Теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у процесі здоров'язбережувального навчання : дис. ... д-ра пед. наук : [спец.] 13.00.02 «Теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / Наталія Назарівна Завидівська ; Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова. – Київ, 2013. – 509 с.
4. *Корж Н.* Формування пізнавальної активності в студентів технічних спеціальностей до цінностей фізичної культури / Н. Корж // Фізичне виховання, спорт і культура здо-

ров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк, 2012. – № 1 (17). – С. 45–49.

5. *Круцевич Т. Ю.* Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 1999. – 232 с.

6. *Лациба М.* Чому нам потрібен новий закон «Про громадські організації» / М. Лациба, О. Вінніков, М. Слюсаревський ; Укр. незалеж. центр політ. дослідж. – Київ, 2008. – 6 с.

7. *Межуев В. М.* Идея культуры. Очерки по философии культуры / В. М. Межуев. – Москва : Университетская книга, 2012. – 406 с.

8. *Петрица П.* Значення самостійних занять фізичними вправами для студентів груп фізичної реабілітації / Петро Петрица // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : матеріали VI Міжнарод. наук. практ. конф. – Луцьк, 2015. – С. 166–171.

9. *Петрица П.* Формування особистої фізичної культури студента / Петрица Петро, Петрица Юлія // Проблеми формування здорового способу життя молоді : матеріали VII Всеукр. наук. практ. конф. студ., магістр. та асп. ; за заг. ред. Сіренко Р. Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2017 – С. 94–96.

10. *Решетов О.* Релігієзнавство : навч. посіб. для студ. ВНЗ / Олександр Решетов. – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2006. – 155 с.

*Стаття надійшла до редколегії 5.07.2017*

*Прийнята до друку 31.08.2017*

*Підписана до друку 31.08.2017*