

вигляд спортсменів. Про це ми можемо судити з малюнків стародавніх митців. Так, зокрема, на амфорах, створених у VI ст. до н.е., тіла атлетів розвинені гармонійно, пропорційно. На іншій амфорі, що належить до IV ст. тієї ж ери ми вже бачимо, що від класичних пропорцій не залишилося й сліду. Однобічне тренування зробило свою справу.

У IV ст. до н.е. змінився не тільки зовнішній вигляд атлетів, мінялися й смаки публіки. Політичний хаос і постійні війни привели до того, що уподобання глядачів стали більш жорстокими. На атлетичних змаганнях це проявлялося в тому, що основним предметом уваги публіки було вже не п'ятиборство, в якому спортсмен міг продемонструвати всебічну фізичну підготовку. Основним видом змагань стала боротьба. Однак боротьба IV ст. до н.е. значно відрізнялась від тієї дисципліни, що входила до пентатлону. Тоді головну роль грали кмітливість і швидкість, зараз вирішальним фактором стала фізична сила.

Гармонічна краса тіла не викликала колишнього захоплення. Ігри перетворювалися у видовище, в якому глядачів приваблювали найдраматичніші, хвилюючі та напруженіші моменти. На зміну всебічній гармонії й красі прийшли односторонність та жорстокість.

Таким чином, атлетичні багатоборства в античний період світової історії розвивалися своєрідно й неоднозначно. Подібно як і тепер, на їх формування та еволюцію впливало чимало соціально-політичних факторів. Проте віриться, що ці багатоборства, з давніми традиціями та історією види спорту матимуть своє подальше продовження в сучасному міжнародному спортивному та олімпійському русі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Шанин Ю. В. Герои античных стадионов. – Москва: Физкультура и спорт, 1979. – 141 с.
2. Пастонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник. - К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. – 496 с.
3. Шанин Ю. В. Люди і міфи Олімпії: Нариси - К.: Веселка, 1980. – 159 с.
4. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399 с.
5. Бюроселов М., Суник О. Олимпийские игры: короткое историческое обозрение. – К.: Милос, 1980.

PECULIARITIES OF DEVELOPMENT OF ATHLETIC MULTI-DISCIPLINED KINDS OF SPORT IN ANCIENT PERIOD OF WORLD HISTORY

YURI ZAYDOVIY

Lviv State Institute of Physical Culture

This article deals with peculiarities of development of the first multi-disciplined kind of sport – ancient pentathlon. It gives a thorough analysis of historical roots, rules of competition and reasons of decline of this kind of sport.

МОЖЛИВІ ШЛЯХИ ОДНОЧАСНОГО ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І ФІЗИЧНОЇ ОСВІТИ СТУДЕНТОК МЕДИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

ГАННА КЛИМЕНКО

Національний медичний університет ім. О.О.Богомольця

Вважаючи на те, що фізичне виховання у вищих навчальних закладах має на зміцнення здоров'я, загартування організму, розвиток і вдосконалення функцій внутрішніх органів, підвищення фізичної працездатності та компенсаційних можливостей

організму під час навчання, воно не є тим засобом, що забезпечує студентам розуміння ціннісного ставлення до себе, свого здоров'я – як фізичного так і соматичного.

Досвід, який ми накопили упродовж 5-ти років роботи у вузі, свідчить про те, що організація занять з фізичного виховання повинна враховувати, крім виконання навчальної програми, функціональні можливості студентів, а також використовувати такі специфічні форми навчально-методичної і організаційної роботи, які втягували б (залучали) їх до освітньої діяльності в галузі фізичного виховання та здоров'я.

Нам здавалось цікавим використати з цією метою нетрадиційні підходи. Таким виявився організаційно-діяльний, який був теоретично обґрунтований і апробований в процесі фізичної і психологічної підготовки пілотного складу в цивільному вузі [2, 3].

Реалізація в умовах медичного університету цього підходу для побудови програм з фізичного виховання для студенток з урахуванням жіночого біологічного циклу, базувалась на сумісній теоретичній і методичній роботі викладача і студентки.

У зв'язку з цим процес фізичного виховання, в якому використовувались такі форми організації і комунікації, ми розглядали як педагогічний експеримент.

Студентки, які взяли участь у цьому експерименті, були знайомі з метою роботи і отримували відповідні знання в процесі дослідження. У них упродовж двох навчальних років формували визначені уявлення, які, на наш погляд, сприяли свідомій участі в дослідницькій роботі і мали значення для професійної підготовки медичного фахівця.

Проведений нами педагогічний експеримент продовжувався з вересня 1998 до жовтня 2000 років і складався з чотирьох етапів.

Перший етап включав формування експериментальної групи, отримання початкових уявлень про функціональний стан і рівень фізичної підготовленості, значення роботи, яка проводиться, в професійній мотивації. Підчас роботи опановувалися нові методи використання форм і засобів організаційно-діяльного підходу в процесі фізичного виховання студенток.

Шляхом сумісної методичної діяльності викладача і студенток розроблялась програма наступної навчальної і дослідницької роботи. Перший етап завершився в квітні 1999 року.

На другому етапі проводилась робота з формування програмного забезпечення фізичного виховання залучених до експерименту студенток, отримання вторинних уявлень про зміст функціонального стану і фізичного удосконалення студенток при впровадженні організаційно-діяльного підходу в процес фізичного виховання, визначення продуктивності методичних підходів, що використовувалися. На цьому етапі як сумісно зі студентками, так і педагогічним складом, який брав участь в експерименті, проводилось обговорення і аналіз отриманих на першому етапі попередніх результатів. Проведений таким чином рефлексивний аналіз показав, що студентки, які брали участь в експерименті, засвоїли навчальний рівень самоорганізації, сформуливали цільові настанови на наступну діяльність. Другий етап експерименту завершився у червні 1999 року.

Третій етап включав отримання у повному обсязі даних про функціональний стан, фізичну підготовленість і зміни психофізичних характеристик студенток в процесі навчальної діяльності, яка розгорталася і продовжувалася на протязі навчального року. Під час цієї роботи проводилась оцінка ефективності організаційних і методичних підходів, обговорювались і аналізувались можливості і обмеження використаних видів діяльності на кафедрі фізичного виховання і здоров'я медичного університету. Цей етап продовжувався з вересня до червня 2000 року.

На четвертому етапі здійснювалась підсумкова оцінка результатів педагогічного експерименту, також аналізувались можливості і ускладнення науково-дослідницької і навчально-методичної роботи в процесі використання організаційно-діяльного підходу до побудови фізичного виховання зі студентками, визначалась структура організації наведеної педагогічної діяльності.

Використані нами методологічні заходи до організації процесу фізичного виховання студенток медичного університету підтвердили теоретичні уявлення про необхідність і доцільність комплексного підходу до його програмного забезпечення. Була виявлена практична ефективність використання методичних підходів до сумісної діяльності викладача і студентки, були оцінені можливості проведення такого роду діяльності і умови зміни педагогічних ситуацій, які виникають. Згідно отриманих результатів досліджень була підтверджена можливість використання певних чином організованої суб'єктивізації студентками забезпечення виконання програми з фізичного виховання за рахунок формування у них певного відношення до себе (загального стану, самопочуття, працездатності, настрою в залежності від фаз ОМЦ), вироблення навичок рефлексивного аналізу і самоуправління функціональним станом, фізичною підготовкою, створення платформи фізичного здоров'я під час навчання у вузі.

Використання організаційно-діяльного підходу до побудови і супроводження процесу фізичного виховання зі студентками дозволило по новому виділити в ньому роль викладача. До суто інструкторсько-педагогічної діяльності додавалась організаційно-методична робота.

Це, в свою чергу, створило умови для розвитку нових педагогічних відділень. Так, це дозволило перейти від вироблення у студенток встановлених нормативно-фізичних якостей і передачі уявлень про засоби фізичної культури до формування теоретичних знань і практичних навичок в галузі фізичного здоров'я жінки. Тим самим створювались передумови для підвищення освітнього значення фізичного виховання в медичному вузі.

Методологічні і організаційні підходи, які були використані в процесі програмного забезпечення фізичного виховання студенток дозволили домогтися значних зрушень в зміцненні фізичного здоров'я студенток, які прийняли участь у дослідженнях. Про це свідчать отримані результати про загальну фізичну працездатність, розвиток спеціальних якостей, психофізіологічні зміни [1].

Отриманий експериментальний матеріал, проведені спостереження і аналіз свідчить про те, що використаний методологічний підхід до організації фізичного виховання студенток медичного університету *не входить в суперечність і конфлікт з* існуючою практикою фізичного виховання у вузі. Студентки, які з деяких причин були тимчасово відсутні на заняттях, без перешкод включались в поточну навчальну діяльність.

Таким чином, використання організаційно-діяльного підходу до навчального процесу з фізичного виховання в медичному вузі дозволило вирішити ряд важливих і актуальних завдань.

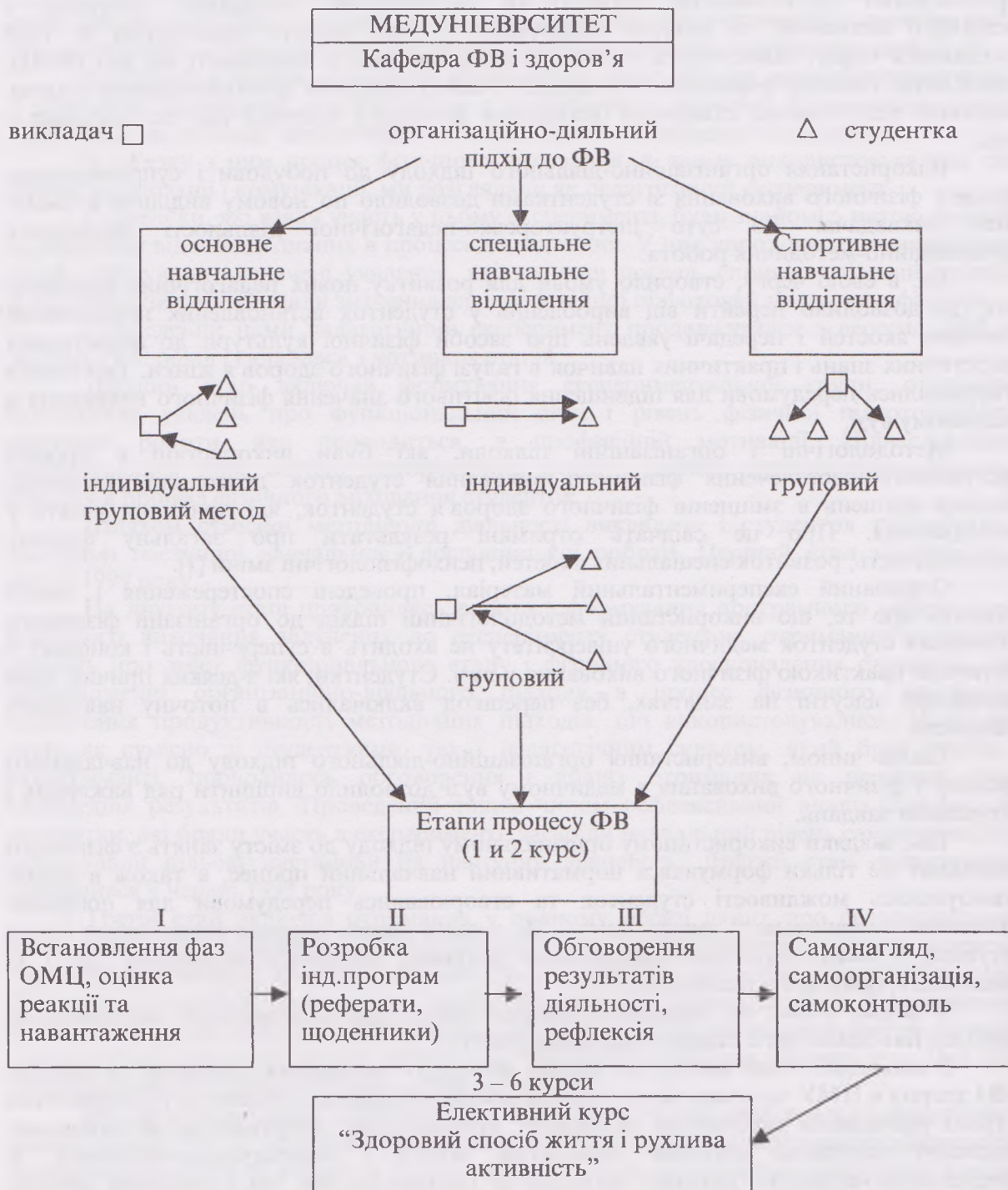
Так, завдяки використаному оригінальному підходу до змісту занять з фізичного виховання не тільки формувалася нормативний навчальний процес, а також в ньому реалізувались можливості студенток та створювались передумови для побудови визначеного навчального змісту занять. Це в свою чергу, сприяло виникненню таких ситуацій, в яких студентки здійснювали розумову проробку попередніх дій і їх доцільність, практичну реалізацію.

В зв'язку з тим, що наведений матеріал вказує про правомірність використаних підходів, наводимо його схематичний опис (рис.1).

З наведеної схеми видно, що процес фізичного виховання студенток на кафедрі ФВ і здоров'я НМУ заснований на сумісній роботі викладача і студенток і здійснюється в трьох навчальних відділеннях: основному, спеціальному, спортивному. В основному відділенні основним методом проведення занять є індивідуально-груповий. В спеціальному відділенні використовуються як індивідуальний, так і груповий методи. Індивідуальний використовується, наприклад, з вагітними, а також зі студентками з значним порушенням ОМЦ (овакуально-менструальний цикл), або загального стану

здоров'я. Груповий метод більш часто використовується при проведенні заняття зі студентками, у яких визначен однотипний характер змін стану організму. В спортивному навчальному відділенні здійснюється, в основному, груповий метод, але як і в інших відділеннях, заключна частина заняття може бути і індивідуальною.

Схематичне уявлення про організаційно-діяльний підхід до процесу фізичного виховання студенток



Незалежно від того, в якому відділенні знаходяться студентки, вони проходять через чотири основних етапи процесу фізичного виховання. Так, на першому етапі вони вчаться фіксувати фази ОМЦ, оцінювати реакцію організму на різні навантаження на протязі ОМЦ, знайомляться з основними відомостями про механізми регулювання гомеостазу в залежності від фаз ОМЦ і т.і. На другому етапі, коли студентки вже мають уявлення і знання про методи і засоби фізичного виховання, вони сумісно з викладачем розпочинають розробку індивідуальних програм по використанню фізичних вправ. Це фіксується в щоденниках, а в спецмедвідділенні студентки готують реферати. На третьому етапі процесу ФВ оцінюється здібність студенток регулювати свій функціональний стан, використовувати і дозувати фізичні вправи, оцінювати їх вплив на організм. Це здійснюється різними засобами: шляхом колективного обговорення, індивідуальних бесід, проведення рефлексивного аналізу і т.і. Четвертий етап завершальний, він характеризується тим, що студентки самостійно організують свою рухову діяльність, контролюють і враховують зміни в функціональному стані і рівні фізичної підготовленості. Цим етапом завершується обов'язкова програма процесу фізичного виховання (кінець 2-го курсу).

На третьому і послідовних курсах для студентів мед університету передбачено спеціальний курс "Рухова активність і здоровий спосіб життя", який включає як розробку теоретичних питань з фізичної культури, так і більш глибоке оволодіння спеціальними вправами і прийомами (наприклад, різновидом дихальної гімнастики, засобами рекреації і релаксації, основам фізичної реабілітації і т.і.).

Таким чином, здійснюється поступове осмислення ролі фізичних вправ в життєдіяльності людини, формуються знання і навички, які підвищують освітній рівень майбутніх лікарів.

Наведені в статті уявлення і отриманий досвід свідчать про те, що навчальна дисципліна "Фізичне виховання" в медичному вузі (а також і в інших) може нести життєве призначення, яке відіграє значну роль, в першу чергу, для формування лікаря як фахівця, а також для створення передумови здорового способу життя для кожної людини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Клименко Г.В. Удосконалення фізичного виховання студенток у вищих навчальних закладах – журн.: Теор. і метод. фізичн. вих. і спорту, 2000. - №2, - с.86-92.
2. Филатов М.М., Тимошкин В.М. Назначение, форма и содержание учебно-методической работы кафедры физической и психофизической подготовки летного состава. – В кн. "Проблемы и пути перестройки физического воспитания студентов // Киев: Изд. КИИГА, 1990, с.32-34.
3. Филатов М.М., Тимошкин В.М., Гетман В.А. Комплекс научно-педагогического обеспечения физической и психофизиологической подготовки студентов летных специальностей. - В кн: "Проблемы формирования личности и профессиональной деятельности специалистов средней и высшей квалификации средствами физической культуры и спорта (часть 2) Кировоград: Изд. КВЛУГА, 1991. – с.3-4.

THE POSSIBLE WAYS OF SIMULTANEOUS FORMATION OF PHYSICAL TRAINING AND PHYSICAL EDUCATION OF MEDICAL UNIVERSITY GIRLS-STUDENTS

HANNA KLIMENKO

National Medical University after A.A.Bogomolcia

National University of Physical Education and Sport of Ukraine

There is the discussion of use experience of organizational - active approach in process of girls-students physical education.

It is shown that as a result of special organized joint work of a teacher and girls-students not only physical qualities and skills are gradually forming, but a knowledge about healthy style life organization and physical exercises use are gaining.