

### **Список літератури:**

1. Авраменко К.Б. Використання інноваційних технологій як умова реалізації наступності між дошкільною та початковою ланками освіти // Інноваційні технології в дошкільній освіті: Збірник абстрактів Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, м. Переяслав-Хмельницький, 28-29 березня 2018 р. / за заг. ред. Л. О. Калмикової, Н. В. Гавриш. Переяслав-Хмельницький: ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 2018. 268 с.

2. Коберник О. М. Підготовка майбутніх учителів до інноваційної педагогічної діяльності [Електронний ресурс] / О. М. Коберник, Г. І. Коберник. – Режим доступу : <http://studentam.net.ua>.

3. Редзюк Т.О., Салата Н.І. Інноваційні технології в дошкільній педагогіці в контексті глобальних трансформацій ХХІ століття // Інноваційні технології в дошкільній освіті: Збірник абстрактів Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, м. Переяслав-Хмельницький, 28-29 березня 2018 р. / за заг. ред. Л. О. Калмикової, Н. В. Гавриш. Переяслав-Хмельницький: ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 2018. 268 с.

4. Шаповаленко В. І. Інтеграція інноваційних елементів та інтерактивних технологій в освітній процес фізичного виховання / В. І. Шаповаленко, С. В. Гаркуша // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Шевченка. – 2013. – Вип. 112. – Том 2. – С. 304–308.

Петрица П.М.

### **ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА В ОСВІТЯНСЬКОМУ ПРОЦЕСІ ПЕДАГОГІЧНОГО ЗВО**

Тернопільський національний  
педагогічний університет іменні  
Володимира Гнатюка

**Анотація.** У статті розглянуто процес формування особистої фізичної культури майбутніх педагогів предметників.

**Annotation:** The article deals with the process of formation of personal physical culture of future teachers of subject subjects.

**Актуальність дослідження.** Відомо, метою фізичного виховання студентів є формування фізичної культури особистості, яка включає мотиваційний, пізнавальний і поведінковий компоненти. Вдосконалення процесу фізичного виховання майбутніх педагогів присвячено в даний час чимало досліджень. Однак недостатньо розроблені методи оцінки здоров'я і рівня розвитку компонентів фізичної культури особистості [2].

Не завжди спостерігається комплексний розвиток компонентів фізичної культури особистості майбутніх педагогів. Проблема дослідження полягає в питанні: яким чином організувати викладання дисципліни «Фізичне виховання» для студентів не фізкультурних спеціальностей, щоб воно було головним фактором формування фізичної культури особистості майбутніх фахівців.

**Виклад основного матеріалу.** Фізичне виховання у закладі вищої освіти (ЗВО) є навчальною дисципліною, яка формує загальну та професійну культуру майбутнього фахівця. У процесі навчання у ЗВО студент має опанувати комплекс теоретичних знань у сфері фізичної культури. Виховання фізичних якостей базується на постійному прагненні вдосконалювати свої власні можливості. Основним етапом у вихованні цих якостей є освітній період у житті людини (7-25 років), протягом якого відбувається закріплення навчального матеріалу для його подальшого застосування у житті [1].

Результати проведеної перевірки рівня фактичної сформованості фізичної культури особистості студента показали, що у переважній більшості з них мотивація до фізкультурно-оздоровчої діяльності знаходиться на низькому рівні; рівень фізичного здоров'я та фізичної підготовленості – низький; студенти не володіють знаннями, уміннями і навичками з фізичного виховання. Відповідно і фізична культура особистості студента знаходиться на низькому рівні. Відносно цим даним, можемо говорити про те, що в сьогоднішній системі фізичного виховання ЗВО існуючі організаційно-педагогічні підходи у повній мірі не вирішують проблему формування фізичної культури особистості студента. Для вирішення означених проблем була розроблена програма формування фізичної культури особистості студента.

Дана розробка експериментальної програми формування фізичної культури особистості здійснювалась на основі змісту Базової навчальної програми з фізичного виховання для ЗВО III – IV рівнів акредитації з урахуванням

специфіки діяльності студента; рівня їхніх знань, умінь та навичок з фізичного виховання; функціонально стану організму; стану фізичної підготовленості.

Мета експериментальної програми - виховання гармонійно розвинених студентів, залучення їх до самостійного виконання фізичних вправ, підвищення ефективності фізичної підготовленості через формування у них фізичної культури особистої.

Розроблена програма реалізувалась вирішенням освітніх, виховних, оздоровчих та розвиваючих завдань: підвищення функціональних можливостей організму та зміцнення стану здоров'я; підвищення рівня загальної фізичної підготовленості; формування знань з фізичного виховання; формування і вдосконалення рухових умінь та навичок з фізичного виховання; підвищення інтересу до занять фізичним вихованням та секційних занять; покращення участі студентів у фізкультурно-оздоровчих заходах; покращення систематичності виконання вправ самостійно; виховання морально-вольових якостей, необхідних у подальшій трудовій діяльності.

Експериментальна програма відрізнялась від традиційної у змісті викладу матеріалу, його плануванні, кількості годин за розділами програми, посиленому розвитку фізичних якостей, залученням студентів до самостійної роботи та розвитком умінь та навичок з фізичного виховання, проте, не передбачалось використання додаткових навчальних годин (табл. 1)

Реалізації завдань дослідження передбачали використання оптимального поєднання загально-педагогічних і специфічних методів: словесні: опис, розповідь, пояснення, бесіда, розбір, лекція, коментарі та зауваження, вказівки, команди; наочні: безпосередня наочність, опосередкована наочність; метод строго регламентованої вправи; переважно спрямовані на навчання руховим діям: цілісний і метод розчленованої вправи; ігровий; змагальний; переважно спрямовані на розвиток фізичних якостей: рівномірний, інтервальний, перемінний, повторний, колового тренування.

Таблиця 1

Співвідношення навчальних годин відведених для засвоєння основних розділів експериментальної та традиційної навчальних програм з фізичного виховання, для студентів I – II курсів

Кількість годин відповідно до розділів програми														
Навчальні курси	у тому числі													
	Теоретичний розділ		Практичний розділ				Індивідуальна робота		Самостійна робота		Контрольний		Всього годин	
			Методична підготовка		Навчально-тренувальні заняття									
	Е	Т	Е	Т	Е	Т	Е	Т	Е	Т	Е	Т	Е	Т
П	П	П	П	П	П	П	П	П	П	П	П	П	П	П
1 курс	8	4	6	4	56	124	4	0	58	0	12	12	144	144
2 курс	8	4	8	4	58	124	2	0	56	0	12	12	144	144
Всього	16	8	14	8	114	248	6	0	114	0	24	24	288	288

Здійснвши аналіз загального рівня сформованості фізичної культури особистості студентів після використання експериментальної програми, виявили, що у студентів ЕГ показники високого рівня особистої фізичної культури особистості (ФКО) дістали позитивних змін. Так, у студентів ЕГ спостерігається значний приріст у показнику високого рівня ФКО, який до експерименту складав 1,64% студентів. Приріст початкового показника з даного рівня ФКО дорівнював 18,03%. Отже, підсумковий показник високого рівня ФКО склав 19,67% студентів.

У студентів КГ показник високого рівня ФКО студентів залишився без змін. Початковий і підсумковий показник даного рівня складає 1,56% студентів.

Порівняльний аналіз початкових і підсумкових показників у студентів ЕГ показав, що після закінчення занять з фізичного виховання з використанням експериментальної програми приріст показників вище за середнього рівня склав

18,03% студентів. Отже, підсумковий показник вище середнього рівня дорівнює 19,67%.

У студентів КГ цей рівень не покращився, а навпаки погіршився. Так, порівняльний аналіз початкового та підсумкового показників вище середнього рівня ФКО студента показав, що підсумковий показник погіршився на 1,56% від початкового.

Середній рівень фізичної культури особистості студентів ЕГ показав суттєву різницю між початковими та підсумковими показниками. Так, до експерименту з середнім рівнем ФКО студента складало 3,28% студентів. Проте після завершення експерименту цей показник покращився на 21,31%. Таким чином, підсумковий показник середнього рівня ФКО склав 24,59% студентів.

У студентів КГ також відбулись покращення цього показника, але незначні. Так, підвищення показника середнього рівня ФКО склало 3,38%. Отже, підсумковий показник становив 14,06%.

Аналіз показників нижче середнього та низького рівнів ФКО студента зменшився у відповідності з покращенням показників високого, вище за середнього та середнього рівнів ФКО студентів. Так, показник нижче середнього рівня ФКО студентів ЕГ від початкового показника зменшився на 13,11% і становив 21,31% студентів.

Різниця, у сторону зменшення, того ж показника студентів КГ була незначною. Так, початковий показник нижче за середній рівень ФКО складав 37,50% студентів, а підсумковий – 32,81%. Отже, зменшення даного показника склало 4,69%.

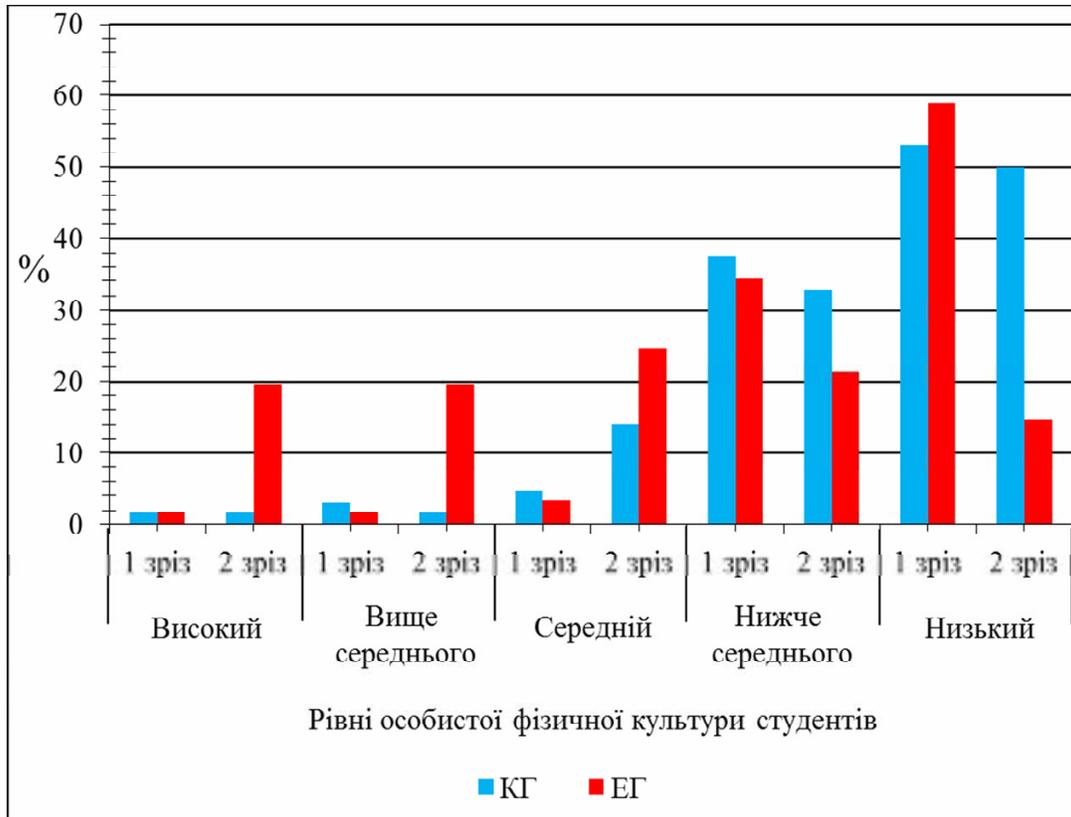


Рис. 1. Зміни кількості студентів із різними рівнями фізичної культури особистості в умовах педагогічного експерименту (у %).

Суттєву різницю показника спостерігається у низькому рівневі ФКО студентів ЕГ. Так, початковий показник даного рівня ФКО студента складав 59,03%, проте після закінчення експерименту підсумковий показник зменшився на 44,26% і становив 14,75% студентів з низьким рівнем ФКО.

У студентів КГ різниця між початковими і підсумковими показниками була незначною. Так, початковий показник даного рівня становив 53,13%. Проте, після його зменшення на 3,13%, підсумковий показник склав 50,00%.

Отже, можна зробити висновок, що загальний рівень фізичної культури особистості виявив перевагу експериментальної програми над традиційною.

### **Список літератури:**

1. *Петрица Петро Педагоги про зміст та організацію формування особистої фізичної культури студентів / Петрица Петро // Електронне наукове видання «Спортивна наука України». - Львів. - 2017. Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/issue/archive>.*

2. Шепеленко Т. В. Методика формування професійно важливих рухових якостей і навичок / Т. В. Шепеленко, А. Є. Паршев, В. М. Долгополов, В. М. Разінков. – Харків : УкрДАЗТ, 2011. – 22 с.

Поликарпова, Л.С., Шишкина, З.А., Белоус, О.В.

## **АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА БГПУ ИМ. М. ТАНКА**

*Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка*

**Аннотация:** В статье исследуется проблема ухудшения состояния здоровья студентов вузов, а также некоторые его причины. Рассматривается роль физической культуры, как основного фактора оздоровления и улучшения уровня жизни учащейся молодежи.

**Annotation:** The article investigates the problem of deterioration of health of students, as well as some of its causes. The role of physical activities as the main factor of health improvement and improvement of living standards of students is considered.

Роль вуза в формировании личности в последнее время становится все более значимой. Однако во время обучения имеется также ряд проблем, число которых растет с каждым годом. И к одной из важнейших относится состояние здоровья студенческой молодежи.

Данной теме посвящено множество исследований. В различных литературных источниках приводятся сведения о том, что ежегодно растет количество студентов, отнесенных по состоянию здоровья к спецмедгруппам (до 30-40%), снижаются показатели функционального состояния различных органов и систем, а также показатели работоспособности [1, 14; 2, 5; 3,102].

Так, например, в 2016-2017 уч. году в БГПУ им. М. Танка поступившие на первый курс студенты были распределены по группам здоровья следующим образом: основная группа – 38%, подготовительная – 26%, специальная медицинская группа – 29%, ЛФК – 6%, освобожденные – 1% (рис. 1).