

якостей, тому виникає необхідність удосконалювати як навчальний план, програму з фізичного виховання студентів, так і Державну систему тестів і нормативів. Виходячи з вищевикладеного, можна зазначити, що управління процесом формування здорового способу життя студентів – це складний психолого-педагогічний процес, який характеризується певним ступенем володіння теорією і методикою фізичного виховання досвідом виховання і навчання студентів, має певні етапи і різноманітні чинники. Бажано впроваджувати в навчальний і позанавчальний процес нові форми організації фізичного виховання, що спрямовані на формування здорового способу життя студентів, такі як: конкурси, олімпіади, індивідуальні заняття тощо.

Подальші дослідження спрямовані на вивчення життя студента, його образу, способу, рівня, стилю, укладу та інше.

#### Література

1. Андріанов В.Є. Духовний потенціал фізичної культури //Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту: Матеріали наук-практ. конф. – Харків, 2005. – С. 88.
2. Булич, Муравов И.В. Здоровье человека. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
3. Вейнберг Р.С., Гоулд Д. Психология спорту. – К.: Олімпійська література, 2001. – 334 с.
4. Раевский Р.Т. Пути и средства формирования здоровья молодежи в современном обществе // Молодость на пороге третьего тысячелетия: поиск приоритетов: Материалы междунар. научн.-практ. конф. – Одесса, 1995. – С. 51-52.
5. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Т.1. – 423 с.
6. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Т.2. – 391 с.
7. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. – Тернопіль: Збруч, 2000. – 183 с.

*Ю.В.Суббота*

### **САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

*В статье дан теоретический анализ исследований проблемы самостоятельной работы студентов по физическому воспитанию; приведены данные собственного социологического исследования;*

показаны пути решения проблемы самостоятельной работы студентов по физическому воспитанию.

*The is a theoretical analyses of the researches of the students' tests problem on physical bringing up; there is the information of their own sociological research; the ways of solving the problems of the students tests on physical bringing up are shown.*

Постановка проблеми. Вхідження України в Болонський процес припускає конкретну програму дій, що складається в побудові європейського простору вищого утворення. Це безпосередньо стосується перебудови організації навчального процесу у ВНЗ. У порівнянні з європейськими вищими навчальними закладами в українських ВНЗ тижневе навчальне навантаження набагато більше. За даними літературних джерел, тижневе аудиторне навантаження українських студентів складає 34-36 годин [4, 27], а на самостійну роботу приділяється дуже мало часу; у той час як навчальний план класичного європейського зразка включає, як правило, 10-12 дисциплін (по 5-6 за семестр) і аудиторне навантаження на дисципліну складають третя година. Таким чином, тижневе навантаження студента складає, як правило, не більш 18 годин на тиждень [4, 27].

Велике тижневе аудиторне навантаження українських студентів у значній мірі позбавляє їх можливості одержувати навички самостійної роботи, а також бути підготовленим до самостійності в їхній подальшій професійній діяльності. У зв'язку з цим, Міністерство утворення і науки України орієнтує вищі навчальні заклади на зменшення тижневого аудиторного навантаження студентів і збільшення часу, що відводиться на самостійну роботу, наповнення її новим змістом [7, 5].

У літературі відзначається, що “в окремих країнах як умова нарахування кредитів висувають вимогу, щоб навчальне навантаження містило в собі 50 і більш відсотків самостійної роботи студентів” [6, с. 36]. Дана вимога викликана тим, що кардинально міняється парадигма європейського утворення. У даний час її суть зводиться до того, що “тепер уже не людини учать, а людина учиться” – тобто логіка форм навчання більший акцент робить на самостійній роботі студентів [3, с. 57].

Основою Болонського процесу є 9 основних положень удосконалювання системи вищого утворення, висвітлених у Болонській декларації та Празькому комюніке, у число яких входить і таке, як постійне навчання протягом усього життя. Дане положення ще

раз підкреслює важливість і необхідність оволодіння студентами уміннями і навичками самостійної роботи.

Аналіз публікацій з досліджуваної проблеми. Проблеми самостійної роботи учнів і студентів присвячено досить багато робіт, це роботи В.К.Буряка, М.А.Данилова, В.Готлиб, Н.Гречкиной, С.Елканова, Б.П.Єсіпова, І.А.Зимньої, І.О.Огороднікова, П.І.Підкасистого й інших учених.

Незважаючи на широкий спектр досліджуваних напрямків самостійної роботи студентів вищої школи, в основному вони стосуються дидактичних проблем. Досліджень, що стосуються розробки проблем організації самостійної роботи студентів з фізичного виховання, на наш погляд, ще недостатньо.

Даною проблемою тією чи іншою мірою займаються такі дослідники, як Л.І.Безкута, В.А.Хор'яков, О.Г.Шалар, С.Шумська, Н.М.Терентьева, Л.Є.Шестерова й інші. Так, Л.І.Безкута розглядає впровадження самостійної роботи з формування культури здоров'я студентів ВНЗ у контексті Болонського процесу. В.А.Хор'яков і Л.І.Безкута розглядають проблему самостійної роботи студентів з фізичного виховання в модульній технології навчання з фізичного виховання в контексті Болонського процесу. О.Г.Шалар розглядає дану проблему з погляду реалізації одного з основних положень Болонської декларації – спонукання молоді до навчання протягом усього життя. С.Шумська розглядає організацію самостійної роботи з фізичного виховання з погляду поліпшення фізичної підготовленості, зміцнення здоров'я і фізичного вдосконалювання студентів.

Метою статті – подати теоретичний аналіз проблеми організації самостійної роботи студентів з фізичного виховання; показати результати власного соціологічного дослідження; показати основні шляхи організації самостійної роботи студентів з фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу. Спочатку розглянемо трактування поняття “самостійна робота” у педагогіці. Так, В.В.Ягупов вважає, що “Самостійна робота учнів – це сукупність різноманітних навчальних прийомів і дій, за допомогою яких вони самостійно закріплюють і поглиблюють раніше добуті теоретичні знання, практичні навички й уміння, а також опановують новими” [10, с. 344]. В іншому джерелі пишеться, що самостійна робота – це “форма організації навчальної діяльності, що проходить під безпосереднім або опосередкованим керівництвом учителя, під час

якої учні виконують різні по виду і рівневі завдання з метою розвитку знань, умінь і навичок і особистісних якостей” [5, с. 69].

На думку А.Алханова, самостійна робота студентів – “це важлива форма навчального процесу під керівництвом і контролем викладача, у ході якого відбувається творча діяльність по придбанню і закріпленню наукових знань, освоюються нові навички пізнання, формується науковий світогляд і особистісні переконання з використання отриманих знань і умінь у практичній діяльності” [1, с. 87-88].

А. Рубаник зі співавторами вважає, що самостійна робота – “це планована робота студентів, виконувана за завданням і при методичному керівництві викладача, але без його особистої участі” [8, с.120]. Ідентичне визначення самостійної роботи дають В.Сенашенко і Н.Жалнина [9, с. 103].

На наш погляд, самостійна робота студентів з фізичного виховання – це одна з форм навчального процесу під керівництвом викладача, що включає в себе теоретичну і методичну підготовку, формування спеціальних умінь і навичок організації і проведення різних форм занять по фізичному вихованню (ранкова гімнастика, фізкультхвилинки, фізкультпаузи, підвищення рівня розвитку основних рухових якостей і ін.).

У даний час у багатьох ВНЗ на заняття з фізичного виховання на першому курсі відводиться 4 години на тиждень, на другому – 2 години. Цього часу явно недостатньо для підтримки належної фізичної форми. У результаті в багатьох студентів знижується рівень рухової активності, фізичної підготовленості, збільшується маса тіла, відзначається схильність до серцево-судинних захворювань і т.д.

Виходячи з визначення, даного нами вище, можна сказати, що організація самостійної роботи зі студентами по фізичному вихованню включає три основних напрямки: одержання теоретичних знань, методичну підготовку по організації різних форм самостійних занять і практичне проведення таких занять. Коротко зупинимось на них.

Нами було проведено соціологічне дослідження серед студентів Криворізького економічного інституту (охоплено більш 400 студентів 1-4 курсів), однієї з задач якого було виявлення відносин юнаків і дівчин до самостійній роботі з фізичного виховання. Студентам було задане питання: “Чи займаєтеся Ви фізичною культурою у внеучбовій час?”. Аналіз відповідей показав, що майже 80% опитаних нами юнаків і дівчин не займаються фізичною культурою або займаються нерегулярно. Це говорить про те, у

більшості студентів не сформована потреба в регулярних заняттях фізичними вправами, вони не відчули позитивного впливу занять фізичними вправами. У цілому ж це свідчить про недостатню активність у роботі над собою, відсутності бажання контролювати свій фізичний розвиток і удосконалювання.

Серед тих студентів, хто відповів, що вони займаються фізичними вправами у позанавчальний час, на першому місці виявилися прогулянки на свіжому повітрі, ранкова зарядка в приміщенні, ранкова зарядка на вулиці, оздоровчий біг (відзначили від 33% до 20% юнаків і дівчат).

Відповідаючи на питання: “Якщо Ви самостійно займаєтеся фізичною культурою, чи вистачає Вам теоретичних знань про методику тренування; змінах, що відбуваються в організмі під впливом фізичних вправ і ін.?” Позитивно відповіли близько 30% студентів; майже 40% відповіли “Вистачає, але не завжди” і 20% студентів відповіли на запитання негативно.

Як бачимо, майже дві третини студентів, що займаються самостійно фізичними вправами, мають труднощі при проведенні тренувальних занять. Незнання основ методики тренування, змін, що відбуваються під впливом фізичного навантаження в організмі, може привести до неправильного дозування навантаження, перетренуванню, небажаним змінам у серцево-судинній системі, розривові м’язів, зв’язувань та інших негативних явищ.

Важлива роль у придбанні знань з фізичної культури, методики проведення самостійних занять приділяється викладачеві фізичного виховання. Саме він дає студентам необхідні теоретичні знання як загального, так і спеціалізованого характеру: місце, роль і значення занять фізичними вправами в житті людини, методику проведення самостійних занять, техніку виконання тієї або іншої фізичної вправи, методику визначення фізичного навантаження під час занять, контроль і самоконтроль під час самостійних занять і багато чого іншого. У даному випадку викладач виконує роль діагноста, консультанта-радника, а також мотиватора – людини, що виконує не просто роль інформатора, а того, хто пропагує важливість і користь, що несуть заняття фізичними вправами. Недарма більш 40% опитаних студентів назвали викладача одним з основних джерел одержання теоретичних знань про самостійні заняття фізичною культурою. Ще більше студентів (більш 50%) відзначили, що якщо їм не вистачає знань з фізичної культури, методики проведення самостійних занять, вони б у першу чергу звернулися до педагога.

Для того, щоб самостійна робота студентів була більш ефективною, викладачам фізичного виховання необхідно проводити наступну роботу: а) діагностику рівня здоров'я студентів; б) розробку індивідуальних програм у залежності від рівня фізичного здоров'я і фізичної підготовки студентів; в) біолого-валеологічне і методичне утворення студентів; г) пропаганду здорового способу життя; д) моніторинг за станом здоров'я студентів. Одночасно він повинний відповідати таким вимогам: мати високий авторитет, вести здоровий спосіб життя, мати високу теоретичну і методичну підготовку, бути комунікабельним, здатним забезпечити у студентів формування стійких мотивацій до регулярних занять фізичною культурою.

Разом з тим, слід зазначити, що самостійна робота з фізичного виховання багато в чому залежить і від самих студентів, їхнього ставлення до занять фізичною культурою. Аналіз літератури свідчить про те, що далеко не всі студенти позитивно оцінюють позитивний вплив занять фізичними вправами, у результаті чого в них спостерігається недостатня активність у роботі над собою, відсутнє бажання контролювати свій фізичний розвиток. На думку Л.І.Безуглій, до основних труднощів, що зустрічаються у студентів у роботі над собою, відносяться дефіцит часу, відсутність завзятості і наполегливості, невміння організувати себе, але в більшій мірі – відсутність мотивів і вміння працювати над собою. При цьому мотивація самовдосконалення залежить не тільки від об'єктивних причин, але і від особистості самого студента [2, 4].

Висновки. Аналіз літератури, наше дослідження показали, що самостійна робота студентів з фізичного виховання поки що не зайняла належного місця в структурі їхньої позанавчальної діяльності. До основних причин такого стану варто віднести: відсутність завзятості, наполегливості, невміння організувати себе, слабка мотивація і невміння працювати над собою. Одним із шляхів рішення даного положення є підвищення ролі викладача фізичного виховання, що здійснював би безпосередню допомогу студентам в одержанні теоретичних знань в області фізичної культури, методиці проведення самостійних занять, контролі за станом здоров'я, формуванні стійких мотивацій до регулярних занять фізичною культурою.

Отримані результати дають підставу також стверджувати, що при організації самостійної роботи з фізичного виховання студентів важливу роль відіграють суб'єкт-суб'єктні відносини того, хто навчається і педагога. Тільки паритетна взаємодія, що базується на суб'єкт-суб'єктних відносинах, дасть позитивні результати.

## Література

1. Алханов А. Самостоятельная работа студентов // Высшее образование в России. – 2005. – №11. – С. 86-89.
2. Безугла Л.І. Впровадження самостійної роботи з формування культури здоров'я студентів ВНЗ у контексті Болонського процесу // Теорія та методика фізичного виховання. – 2007. – №3. – С. 3-5.
3. Гребнев Л. Высшее образование в Болонском измерении: российские особенности и ограничения // Высшее образование в России. – 2004. – №1. – С. 40-44.
4. Колот А. Реалізація основних принципів Болонської декларації при підготовці фахівців економічного профілю // Вища школа. – 2004. – №2-3. – С. 20-33.
5. Короткий термінологічний словник з педагогіки / Уклад. О.А.Пермяков, В.В.Морозов. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2007. – 116 с.
6. Кремень В. Модернізація вищої школи України в контексті принципів Болонської декларації // Вища школа. – 2004. – №5-6. – С. 32-39.
7. Про основні завдання вищим навчальним закладам на 2005 – 2006 навчальний рік: Лист Міністерства освіти і науки України № 4.1-20 / 2366 від 04.07.2005 р.
8. Рубаник А., Большакова Г., Тельных Н. Самостоятельная работа студентов // Высшее образование в России. – 2005. – №6. – С. 120-124.
9. Сенашенко В., Жалнина Н. Самостоятельная работа студентов: актуальные проблемы // Высшее образование в России. – 2006. – №7. – С. 103-108.
10. Ягупов В.В. Педагогіка. – К.: Либідь. – 2003. – 560 с.

*Р.В.Лашко*

### **ЛІКУВАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ПРИ НЕВРОЛОГІЧНИХ ТА ПСИХІЧНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ ДІТЕЙ**

*В статтє раскрываються вопросы лечебной педагогики у учеников с ограниченными возможностями, страдающими нервными и психическими заболеваниями.*

*In this article are risen the questions of the therapeutic pedagogy for the pupils with limited possibilities and suffering from nervous and mentally diseases.*