

заняттями – 4,62 %; - по 4,05 % мали: очевидно застарілі дисципліні і методи навчання, які ускладнювали розуміння навчального матеріалу; існуючі сімейні проблеми і небажання засмучувати своїх батьків невдачами з навчання; - про студентський гуртожиток, умови проживання і навчання там та існуючі транспортні проблеми, що призводять до спізнень – 3,47 %.

### ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВА ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

1. В цілому підтвердилась гіпотеза, що для розгортання, збереження і вдосконалення своєї навчальної діяльності студентам недостатньо одних лише знань на умінь з дисциплін, що вивчаються. Потрібне ще засвоєння, умовно кажучи, "не дисциплінарних знань", а точніше накопичених викладачами і успішними студентами старших курсів досвіду та важливих відомостей про те, як успішно вчитись.

2. Не опанувавши такими знаннями та уміннями, студенти ризикують навіть втрату свого місця за студентською партою, адже за низькі знання на думку магістрів відраховують приблизно 37,94 % з числа усіх вибулих за ініціативою адміністрації ВНЗ. Решта залишають вищий навчальний заклад саме внаслідок того, що не дотримувались усіх інших вимог до їхнього навчання.

3. Звертає на себе увагу той доведений факт, що у складній і багатоаспектній темі самоконтролю за підтриманням навчальної діяльності, студенти, фактично, не знаходять гідного місця власній фізкультурній діяльності. Це можна пояснити лише слабким рівнем опанування культурою фізичною, який притаманний нинішнім студентам магістратури.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Григоренко Л. Самостійна робота як фактор підвищення ефективності підготовки майбутніх педагогів до професійної діяльності / Людмила Григоренко // Рідна школа. – 2005. - № 8. – С.22-24.

2. Деркач Л. М. Психологія самоконтролю в процесі засвоєння знань студентами / Л. М. Деркач, В. М. Резанко. – Чернівці : Митець, 1999. – 80 с.

3. Малихін О. Мотиваційно-цільовий компонент самостійної навчальної діяльності студентів вищого педагогічного навчального закладу / Олександр Малихін // Рідна школа. – 2005. - № 8. – С.28-30.

УДК 371.134:796.011.2

Бєлікова Н.О.

Луцький інститут розвитку людини Університету "Україна"

### НАУКОВО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СУЧАСНОГО ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

У статті на підставі професійно особистісного, системного, акмеологічного, аксіологічного, особистісно орієнтованого, діяльнісного, рефлексивного і компетентнісного підходів визначено теоретичні та методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту.

**Ключові слова:** методологічні підходи, професійна підготовка, майбутні фахівці з фізичного виховання та спорту.

**Бєлікова Н.А. Научно-методологические подходы к профессиональной подготовке современного специалиста физического воспитания и спорта.** В статье на основании профессионально личностного, системного, акмеологического, аксиологического, личностно ориентированного, деятельностного, рефлексивного и компетентностного подходов определены теоретические и методологические основы профессиональной подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию и спорту.

**Ключевые слова:** методологические подходы, профессиональная подготовка, будущие специалисты по физическому воспитанию и спорту.

**Bielikova N. Scientific and Methodological Approaches to the Professional Training of Modern Specialist Physical Education and Sport.** The article is based on professional personal, systemic, akmeologic, axiological, learner centered, active, reflective and competent approaches the theoretical and methodological foundations of future specialists in physical education and sport.

**Key words:** methodological approaches, professional training, future specialists in physical education and sport.

**Постановка проблеми.** Нині у вітчизняній системі вищої фізкультурної освіти чітко простежується зміна освітньої парадигми в сторону гуманізації та інноваційного поступу. Сучасна освітня парадигма представляє собою багатоаспектний комплексний феномен, в якому традиційна освіта взаємодіє з інноваційною, що є теоретико-методологічною основою модернізації системи професійної підготовки майбутніх фахівців фізкультурного профілю.

У світі, що стрімко змінюється, система вищої освіти повинна сформувати таку якість фахівця, як професійний універсалізм – здатність змінювати способи діяльності. Однак розвиток процесів інформатизації, необмежений доступ до інформації нівелюють позицію вищої школи як постачальника унікальних загальноосвітніх і спеціальних знань. Тому зміна освітньої парадигми системи вищої професійної освіти в галузі фізичної культури і спорту направлена, насамперед, на впровадження комплексу науково-методологічних підходів до підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз фахової літератури з досліджуваної проблеми показав, що фундаментальну основу підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту заклали дослідження, здійснені у контексті професійної підготовки фахівців з позицій філософії освіти (В.П. Андрущенко, Г.О. Балл, В.Г. Кремень, В.І. Луговий, В.О. Огнев'юк), неперервної професійної освіти (С.У. Гончаренко, І.А. Зязюн, С.О. Сисоєва), удосконалення навчального процесу у вищих навчальних закладах (А.М. Алексюк, В.Є. Білогур, Я.Я. Болюбаш, А.О. Вербицький, В.А. Козаков), професійної підготовки майбутніх фахівців (Ю.Д. Бойчук, О.А. Дубасенюк, М.Б. Євтух, В.І. Наумчук, В.В. Ягупов), професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту (М.В. Дутчак, Р.П. Карпюк, Р.В. Клопов, А.П. Конох, О.С. Куц, Є.Н. Приступа, Л.П. Суценко, О.В. Тимошенко, Б.М. Шиян, Ю.М. Шкретій).

Разом з тим, відсутність чітких теоретичних і методичних підходів, єдиної думки фахівців щодо питань модернізації вищої фізкультурної освіти не дозволяє у повному об'ємі осмислити її як цілісну педагогічну систему і свідчить про доцільність подальшої розробки проблеми підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту на науково-методологічному рівні.

**Мета статті** – визначити та науково обґрунтувати основні підходи до процесу підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту з позиції викликів сьогодення.

**Результати дослідження.** Професійна підготовка майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту – це складна, цілеспрямована динамічна система, яка ґрунтується на основі комплексу науково-методологічних підходів і забезпечує формування компетентного фахівця нової генерації, всебічно підготовленого для здійснення професійної діяльності та конкурентоздатного на ринку фізкультурно-оздоровчих послуг. Осмислення сучасних тенденцій розвитку вищої фізкультурної освіти дозволяє визначити пріоритетні підходи до підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту, серед яких: професійно особистісний, системний, акмеологічний, аксіологічний, особистісно орієнтований, діяльнісний, рефлексивний і компетентнісний підходи при збереженні системоутворюючої ролі останнього. *Професійно особистісний підхід* (Л.В. Парінова та О.Ю. Єфремов, 2006) передбачає становлення майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту як професіонала на основі інтеграції особистісної позиції студента і його професійних знань, умінь та навичок. При цьому визначальними факторами є: унікальність особистості майбутнього фахівця, його інтелектуальна і моральна свобода; право на вибір індивідуальної траєкторії професійного розвитку; взаємозв'язок процесів розвитку особистості і професійного удосконалення; необхідність орієнтації професійного становлення на розвиток і саморозвиток задатків і здібностей та актуалізацію творчого потенціалу студента.

Навчання, побудоване на основі професійно особистісного підходу, дає можливість кожному студенту реалізувати себе в різних видах діяльності, зокрема: в пізнавальній, яка розвиває мислення, самостійність, креативність; в навчальній, яка формує професійне мислення, відповідальність, прагнення до досягнень; в комунікативній, яка орієнтує на продуктивну самореалізацію, взаємодію, співробітництво; в рефлексивній, яка навчає аналізу, синтезу, моделюванню, прогнозуванню професійно особистісного розвитку; в квазі-професійній, яка дозволяє цілеспрямовано формувати і діагностувати професійні схильності, інтереси, можливості, здібності, ціннісні орієнтації, досягнення і перспективи. Підготовка майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту з точки зору *системного підходу* (Афанасьєв В.Г., 1981; Блауберг І.В., Садовський В.Н., Юдін Є.Г., 1969; Каган М.С., 1991; Павлов В.І., 2001; Семіченко В.А., 2004) є: педагогічною системою, яка складається з впорядкованої

сукупності функціонально однорідних, взаємопов'язаних компонентів, які складають специфічне середовище, в умовах якого у студентів формуються нові, професійно значущі якості для ефективного здійснення професійної діяльності; складним явищем, яке включає організаційну, педагогічну і професійно зумовлену складові, кожна із яких володіє специфічним набором системних характеристик.

Системний підхід сприяє організації професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту як цілісного педагогічного процесу, що характеризується структурністю, ієрархічністю і взаємозалежністю із професійним середовищем.

Для осмислення сутності процесу підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту важливими є ідеї *акмеологічного підходу* (Деркач А.А., 2004; Д'яченко Н.В., 2006; Кузьміна Т.В., 2002), який дозволяє розглядати людину як суб'єкт професійного удосконалення з метою досягнення вершин професіоналізму. Ця обставина є ключовою для побудови майбутнім фахівцем з фізичного виховання та спорту індивідуальної стратегії формування професійної компетентності у відповідності з педагогічними умовами середовища вищого навчального закладу і особливостями майбутньої професійної діяльності, а викладачу дозволяє впливати на розвиток професіоналізму студента за допомогою розвиваючих навчальних технологій та методик моніторингу якості навчально-виховної роботи. Професіоналізм особистості відображає високий рівень професійно важливих або особистісно-ділових якостей, креативності, адекватний рівень домагань, мотиваційну сферу і ціннісні орієнтації, направлені на професійний розвиток. Сучасний професіонал – фахівець з фізичного виховання та спорту – повинен бачити свою професію в усій сукупності її широких соціальних зв'язків, знати вимоги, що ставляться до неї, розуміти зміст і специфіку своєї професійної діяльності, орієнтуватися в колі професійних завдань і бути готовим їх вирішувати у соціальних умовах, що постійно змінюються. Всі необхідні професійні знання, вміння та навички, норми поведінки і ціннісні орієнтири, ідеали і внутрішні структури особистості майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту формуються в процесі його професіоналізації. До якостей, які характеризують позитивну тенденцію особистісного професійного розвитку майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту, особистість професіонала, здатного до досягнення професійних вершин, відносяться: відкритість для освоєння нового у професійній діяльності; інтегративний спосіб мислення при виборі оптимальних моделей професійної діяльності; здатність до об'єктивної самооцінки своєї професійної поведінки; система цінностей та висока мотивація досягнень у професійній діяльності.

З акмеологічної точки зору професійну підготовку майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту у вищому навчальному закладі можна охарактеризувати як оволодіння студентами ефективними технологіями професійної діяльності в аспекті неперервного особистісно-професійного розвитку з метою досягнення високого рівня продуктивності та професіоналізму. Поряд із системним та акмеологічним підходами, методологічною основою досліджуваної проблеми є *аксіологічний підхід* (Анісімов С.Ф., 1988; Богуславський М.В., 2002; Зінченко В.П., 1997; Равкін З.І., 1995; Сластьонін В.А., 1993), який передбачає створення у процесі підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту необхідних умов для становлення професійних здоров'я орієнтованих цінностей, які, з одного боку, повинні іманентно пронизувати весь навчальний процес, а з іншого – виступати метою освітньої діяльності і виконувати функцію перспективних професійних цілей.

До групи *цінностей*, які утворюють змістовну основу фізкультурної освіти, М.Я. Віленський відносить: цінності-цілі – розкривають значення і сенс індивідуальних цілей включення в систематичну фізкультурно-спортивну діяльність і досягнення за її допомогою культурної стратегії і тактики життєдіяльності, успішності реалізації професійних планів і намірів психічного та фізичного благополуччя, збереження і зміцнення здоров'я; цінності-знання – визначають впорядковану систему теоретико-методологічних, науково-практичних (філософських, соціологічних, психолого-педагогічних, медико-біологічних) і спеціальних знань, необхідних для розуміння природних і соціальних процесів пов'язаного функціонування фізичної культури суспільства і особистості, уміння їх адаптивного, творчого використання для особистісного і професійного самовдосконалення при виконанні навчальної, професійної і соціокультурної діяльності; цінності-засоби – створюють основу для досягнення цінностей-цілей: оволодіння закономірностями, принципами, засобами, формами, методами, прийомами і умовами їх використання у фізкультурно-спортивній діяльності для розвитку творчої індивідуальності в самонавчанні, самовихованні, вільному самовизначенні в рекреативно-відновних заходах, в досягненні необхідного психоемоційного стану, культури міжособистісного спілкування, в оцінці і контролі за

ефективністю їх використання; цінності-відносини – характеризують студента як активного суб'єкта фізичної культури з певним мотиваційно-особовим відношенням до самого себе, професійної діяльності, до природного і соціального середовищ, в яких здійснюється його фізкультурно-спортивна діяльність, до її учасників, де ступінь його самовираження визначається задоволеністю особистості і визнанням результатів її діяльності соціально значущими; цінності-якості – розкривають значення і сенс набуття, розвитку, виховання і корекції різноманітних взаємозв'язаних якостей і властивостей особистості (індивідуальних, психофізичних, комунікативних, статусно-позиційних, діяльнісно-професійних), що забезпечують її повноцінне самовираження і самореалізацію в когнітивній, емоційній і поведінковій сферах при виконанні фізкультурно-спортивної, професійної діяльності та життєдіяльності в цілому [1, с. 28-29].

Ієрархія цінностей професійної діяльності майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту включає цінності різного рівня: загальнолюдські (орієнтація на здоровий спосіб життя, професійний обов'язок фахівця); соціальні (якість життя і соціалізація людини); професійні (професіоналізм і милосердя); індивідуальні (професійний оптимізм, терпіння, уміння налагоджувати контакт).

Останнім часом в світлі гуманізації навчання все більше утверджується *особистісно орієнтований підхід* (Бех І.Д., 2003; Бондаревська Є.В., 1997; Бочарова В.Г., 1999; Ільїна І.А., 2009; Коношенко С.В., 2005) до виявлення сутності змісту освіти, який передбачає визнання пріоритету особистості студента в освітньому процесі. Умови для інтелектуально-ціннісного розвитку майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту як індивідуальності створюються завдяки врахуванню особливостей його особистості та залученню до процесу навчання.

Основними формами оптимальної взаємодії студента з викладачем у світлі особистісно орієнтованого підходу, на думку Б.П. Яковлева та співав., є підготовка: для викладача – професійно-психологічна, в якій основна увага акцентується на професійному розвитку, самовизначенні; для студентів – психолого-педагогічна, в якій основна увага повинна бути направлена на особистісний розвиток. Автори вважають, що за таких умов, через систему «суб'єкт-суб'єктних відносин», формується активно-особова готовність студента до саморозвитку та самореалізації у професійній діяльності [3, с. 21]. Особистісно орієнтований підхід до професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту дозволяє вирішити такі завдання: 1) змінити погляди викладача і студента на свою роль і позиції в процесі формування готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності; 2) запропонувати необхідний характер міжособистісної взаємодії студента і викладача з іншими студентами у процесі розвитку партнерства під час навчання; 3) продовжити пошуки підвищення якості підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту в напрямку врахування індивідуальних здібностей та пошуку засобів самореалізації особистості в професійному становленні.

*Діяльнісний підхід* (Ананьєв Б.Г., 2001; Атанов Г.О., 2007; Балл Г.О., 2003; Козаков В.А., 2000; Моляко В.О., 2004, Рубінштейн С.Л., 2003) дозволяє розглядати діяльність як головне джерело формування особистості і фактор її розвитку, адже в діяльності студент набуває досвід, який, актуалізуючись, викликає розгортання внутрішніх структур особистості і тим самим надає професійній діяльності особистісний зміст. В цілому, діяльнісний підхід передбачає орієнтацію на розвиток творчого потенціалу особистості і дозволяє враховувати індивідуальні та вікові особливості кожного студента посередництвом їх включення у діяльність, що сприяє самореалізації та особистісному зросту.

Діяльнісний підхід важливий для нас з точки зору організації значимої навчально-професійної та практично-професійної діяльності студентів в галузі фізичної культури і спорту як основи та засобу формування готовності до професійної діяльності. Він визначає організацію діяльності головних суб'єктів освітнього процесу (викладачів і студентів) у єдності її стратегічної, тактичної і операційної складових, сприяє виявленню сукупності педагогічних умов успішної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності, а також розробці методики реалізації цих умов. Професійна діяльність з погляду діяльнісного підходу є: послідовними діями, що виконує суб'єкт; формою людської активності; має обґрунтовану мету; перетворює об'єктивну дійсність; реалізується на основі певних методів із застосуванням засобів; потребує творчого підходу; носить неперервний характер.

*Рефлексивний підхід* (Алексєєв Н.Г., 2002; Звенигородська Г.П., 1997; Семенова І.Н., 2005; Щедровицький Г.П., 1995) відображає базовий механізм процесу підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності. Цей підхід дозволяє проектувати інваріантну

(норма) і варіативну (побудовану на основі рефлексії і прогностики професійної діяльності) складові дидактичної системи професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту, а також підібрати відповідні технології і форми організації навчальної, навчально-професійної діяльності студентів з метою формування їх готовності до здійснення професійної діяльності та її системоутворюючої професійної рефлексії.

Рефлексивний підхід інтегрує в собі проектну та дослідницьку діяльність студентів, які, в свою чергу, нерозривно пов'язані з психологічною готовністю до професійної діяльності. З позицій рефлексивного підходу, професійна підготовка майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту орієнтована на такі особливості: 1. Вихідною позицією для механізму рефлексії є проблемна ситуація. 2. Для того, щоб сформувати уміння самостійно вирішувати професійні завдання, необхідно моделювати проблемні ситуації і формувати відповідні алгоритми дії в їх рамках на всіх етапах професійної підготовки. 3. Процес рефлексії неминуче призводить до пошуку альтернатив дії, що пов'язано з формуванням умінь в проектуванні професійної діяльності. 4. Розвиток умінь проектування і рефлексії сприяє поєднанню потреби в отриманні нових і актуалізації раніше отриманих знань, інтеграції знань та способів їх використання в рамках різних ситуацій майбутньої професійної діяльності.

*Компетентнісний підхід* (Антипова В.М., 2006; Заблоцька О.С., 2008; Короленко К.В., 2009; Пустовіт Н.А., 2006; Скворцова С.О., 2009; Шадриков В.Д., 2006, Ягупов В.В., Свистун В.І., 2007) виступає практико-орієнтованою тактикою професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. З позицій сьогодення, проблема реалізації в підготовці майбутніх фахівців компетентнісного підходу в світовій освітній практиці виступає в якості основного, оскільки на ринку праці нині затребувані не самі по собі знання, а здатність використовувати знання і вміння в ситуаціях конкретної професійної діяльності. Компетентнісний підхід до навчання, на відміну від традиційного кваліфікаційного підходу, відображає вимоги не тільки до змісту освіти (що повинен знати і вміти та якими навичками володіти випускник вищого навчального закладу в професійній сфері), але і до поведінкової складової (здібностей використовувати знання, вміння і навички для вирішення завдань професійної діяльності). Для забезпечення високого рівня професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту у світлі компетентнісного підходу необхідне: посилення прикладної і професійної спрямованості навчання, в тому числі за рахунок зміни співвідношення теоретичної і практичної підготовки; збільшення частки самостійної позааудиторної роботи та використання сучасних методів і засобів її контролю; застосування сучасних педагогічних та інформаційних технологій, психолого-дидактичних концепцій, які забезпечують наближення навчальної діяльності до професійної ідеї контекстного навчання; проектування нових професійно значущих курсів та їх навчально-методичне забезпечення, невід'ємним компонентом якого повинні стати електронні енциклопедії, електронні підручники і навчальні посібники, освітні портали тощо; модернізація методичних систем навчання на основі компетентнісного підходу, формування умінь не лише користуватися, наприклад, щоденниками здоров'я, а й самостійно створювати їх.

Компетентнісний підхід до підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту передбачає можливість складання для кожного студента індивідуальної освітньої траєкторії, яка враховує рівень його початкової підготовки, стиль навчальної діяльності та орієнтацію на самостійну роботу і забезпечує розвиток професійно-особистісної компетентності майбутнього фахівця для успішного здійснення професійної діяльності в галузі фізичної культури і спорту.

**ВИСНОВКИ.** Таким чином, науково-методологічними підходами до професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту визначено такі: *професійно особистісний підхід*, який передбачає здійснення підготовки майбутнього фахівця як професіонала на основі інтеграції особистісної позиції студента і його професійних знань, умінь та навичок; *системний підхід*, який дозволяє розглядати підготовку майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту як педагогічну систему зі всіма її властивостями, особливостями та закономірностями; з точки зору *акмеологічного підходу* підготовку майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту у вищому навчальному закладі можна охарактеризувати як оволодіння студентами ефективними професійними технологіями в аспекті неперервного особистісно-професійного розвитку з метою досягнення високого рівня продуктивності та професіоналізму; у *аксіологічному* підході знаходять своє відображення ідеї формування системи професійних цінностей майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту, що визначають гуманістичний зміст їх професійної діяльності; *особистісно орієнтований підхід* передбачає врахування мотиваційних та

вікових особливостей студентів, стимулювання особистісної активності майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту; *діяльнісний підхід* дозволяє організувати діяльність викладачів та студентів в єдності її стратегічної, тактичної і операційної сторін, сприяє виявленню та розробці методики реалізації сукупності педагогічних умов успішної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту; *рефлексивний підхід* інтегрує в собі проектну та дослідницьку діяльність студентів, які, в свою чергу, нерозривно пов'язані з психологічною готовністю майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності; *компетентнісний підхід* відображає результат підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту як цілісну систему ознак їх готовності до здійснення професійної діяльності.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Виленский М. Я. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве вуза / М. Я. Виленский // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 27–32.
2. Свищёв И. Д. Профессиональная подготовка и повышение квалификации специалистов сферы физической культуры и спорта / И. Д. Свищёв, С. В. Ерёгина // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 12. – С. 9–14.
3. Яковлев Б. П. Психолого-педагогические основы формирования личностной готовности студентов в системе физической культуры и спорта / Б. П. Яковлев, Л. В. Диордица, Н. Т. Диордица // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 12. – С. 21.

УДК 796.011.3

**Биченко В.І., Ярославська Л.П., Лавренюк С.А.**  
**Черкаський державний технологічний університет**

### ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЗІ СЛАБКИМ ЗДОРОВ'ЯМ ТА НИЗЬКОЮ ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ

*Низьку ефективність реалізації програми фізичного виховання у вищих навчальних закладах спричиняє не лише недолік часу, відведеного на обов'язкові заняття, але й недостатня розробка науково-обґрунтованих методів побудови навчального процесу фізичного виховання. При незадовільному рівні фізичного здоров'я необхідно визначити засоби і методи його нормалізації, після чого приступити до вирішення задач відповідно до функціонального стану організму*

**Ключові слова:** функціональний стан (ФС), загальна витривалість (ЗВ), фізичне навантаження (ФН).

**Биченко В.И., Ярославская Л.П., Лавренюк С.А. Проведения занятий физического воспитания для студентов со слабым здоровьем и низкой физической подготовкой.** Низкую эффективность реализации программы физического воспитания в высших учебных заведениях вызывает не только недостаток времени, отведенного на обязательные занятия, но и недостаточная разработка научно обоснованных методов построения учебного процесса физического воспитания. При неудовлетворительном уровне физического здоровья необходимо определить средства и методы его нормализации, после чего приступать к решению задач в соответствии с функциональным состоянием организма.

**Ключевые слова:** функциональное состояние (ФС), общая выносливость (ОВ), физическая нагрузка (ФН).

**Bychenko V. I., Yaroslavska L.P., Lavrenuk S.A. Lessons of physical education for students with poor health and poor physical training.** The low efficiency of the program of physical education in higher education entails not only the lack of time available for the required class, but insufficient to develop scientifically-based methods of the learning process of physical education. When an unsatisfactory level of physical health is necessary to determine the means and methods of normalization, and then proceed to solving problems according to the functional state of.

**Keywords:** functional status (FS), the total resistance (RH), exercise (FN).

**Постановка проблеми. Актуальність.** Аналіз показників адаптованості студентів до навчальної діяльності за останнє десятиріччя вказує на тенденцію до значного погіршення функціональних параметрів організму, що призводить до порушення стану здоров'я. Визначена цікава закономірність між обсягом і складністю навчального навантаження та структурою захворювань. Збільшення інтенсивності навчального процесу без урахування основних фізіологічних закономірностей життєдіяльності організму, нерациональна організація праці призводять до специфічних захворювань студентів, які пов'язані з розумовою перевтомою: захворювання астеничного характеру, серцево-судинної та шлунково-кишкової систем.