

II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція (25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)

в галузі фізичної культури і спорту мультимедійних технологій. Це визначає необхідність їх включення в процес підготовки фахівців, майбутніх учителів фізичної культури, які сьогодні повинні володіти методами і засобами вирішення практичних і наукових завдань в галузі фізичної культури і спорту на базі використання сучасних мультимедійних технологій.

Список використаних джерел

1. Демин И. Ю. Роль и задачи курса "Информационные технологии в физической культуре и спорте" в подготовке специалистов / И. Ю. Демин, О. В. Петрова, Н. В. Прончатов-Рубцов // Теория и практика физической культуры. 2011. N 10. С. 32-34.
2. Панченко Л. Ф. Інформаційно-освітнє середовище сучасного університету : монографія / Л. Ф. Панченко. - ДЗ «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». - Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2010. - 280 с.
3. Сухобок О. Ю. Засоби інноваційних педагогічних технологій у підготовці майбутніх учителів фізичної культури / Олег Юрійович Сухобок. // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. - 2010. - №12. - С. 109.

ВАЛЕОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ДО ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ-ТЕХНОЛОГІВ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ –ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ"

Сергєєва Т.П.; Волкова Т.П.

Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса, Україна

Проблема формування, зміцнення та збереження здоров'я в широкому розумінні на особистісному та суспільному рівнях у наш час набула загальнопланетарного значення й розглядається як така, що кардинально змінює подальший розвиток людини. Життя та здоров'я людини виступають найвищою цінністю й одним з головних показників цивілізованості суспільства.

За останніми науковими даними, до 90 % студентів мають серйозні відхилення в стані здоров'я, 50 % і більше знаходяться на диспансерному обліку, кожний 5-й студент (на гуманітарних факультетах - кожний 3-й, а іноді навіть 2-й) віднесений до підготовчої та спеціальної медичної групи або звільнений за станом здоров'я від фізичних навантажень; рівень більше ніж 50 % молодих людей, які навчаються у вищих навчальних закладах нашої країни, не відповідає навіть середньому рівню державного стандарту фізичної підготовленості, що гарантує стабільне здоров'я. Таке становище пов'язується з тим, що для сучасної молоді підвищення рівня свого здоров'я не набуває першочергового значення. При цьому вона не має й необхідних знань, життєвого досвіду, що дозволили б їй зберегти свою особистість, засвоїти оптимальні норми життя, засновані на розумінні здоров'я як найбільшої цінності.

Серед технічних спеціальностей у вищих навчальних закладах є такі, які висувають особливі специфічні вимоги до функціональних, рухових і психологічних можливостей фахівців. Для успішної роботи в цих умовах в професійній підготовці майбутніх фахівців-технологів необхідно цілеспрямовано

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

формувати ціннісне ставлення до здоров'я.

Сучасна мета і завдання навчальної дисципліни "Фізичне виховання" у вищих навчальних закладах освіти визначаються такими напрямками: підтримка соціально-обґрунтованого рівня фізичної підготовленості студентів, протидія негативним факторам, що впливають на здоров'я і навчання, засобами фізичного виховання, вміння самостійно використовувати засоби фізичної культури в праці та відпочинку, формування загальної та професіональної культури, здорового способу життя та ін.

Доведено, що успіхів досягає та молодь, яка вміє оптимально поєднувати високий рівень фізичної підготовленості та теоретичних знань у галузі фізичного виховання.

Інтелектуальний розвиток та надбані теоретичні знання дозволяють студенту вірно оцінювати соціальну значущість фізичної культури і спорту, розуміти об'єктивні закономірності фізичного виховання як педагогічного явища, свідомо ставитись до занять та завдань викладача, як провідної ланки між пізнанням та самовдосконаленням, із більшим бажанням проявляти самостійність та творчість на заняттях і змаганнях.

Під теоретичною підготовкою студентів слід розуміти систему знань, сконцентрованих у спеціальних наукових дисциплінах, які є основою ідей у галузі фізичного виховання і спорту, систему гуманітарних знань, природознавчих дисциплін, пов'язаних з пізнанням і науковим забезпеченням фізичного виховання, а також інтелектуальних вмінь та навичок, що формують впевненість і розвивають пізнавальні здібності.

Теоретична підготовка студентів на заняттях з фізичного виховання повинна розглядатися як своєрідна база для підвищення технічної, тактичної та психічної підготовленості. Тому до викладання теоретичного матеріалу не повинно бути формального відношення як зі сторони викладача, так і зі сторони студента.

Теоретичні заняття повинні мати певну мету: виробляти у студентів вміння використовувати отримані теоретичні знання на практиці. Окрім того, розширення теоретичних знань студентів дає можливість самостійно мислити, сприяє розвитку самоконтролю та самоаналізу, що, в свою чергу, є запорукою майбутнього самовдосконалення.

Однак, недостатність науково-методичної літератури та розробок, додаткових засобів інформаційного змісту та відсутність чіткої методики їхнього використання у навчальному процесі з фізичного виховання не дозволяє забезпечити всебічний розвиток особистості студентів під час занять і поза ними.

Аналіз мотивів занять фізичною культурою і спортом майбутніх фахівців-технологів дозволяє зробити висновок про те, що:

- у багатьох студентів заняття фізичною культурою обумовлюють не стільки бути здоровим і фізично розвиненим, скільки бажанням отримання заліку при мінімальних фізичних зусиллях;
- у більшості студентів низький рівень знань з специфічних вимог до рухових та психологічних можливостей, які висуваються до майбутніх фахівців-технологів в умовах виробництва;
- студенти більшою мірою на розуміють ролі здоров'я, як щонайвищої цінності життя в долі окремої людини. І як наслідок, часто ігнорують заходи, засоби, форми і способи фізичної культури, які виконують визначну роль для

II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція (25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)

підтримки і зміцнення здоров'я;

- у студентів не сформована стійка установка до здорового способу життя, недостатній набір знань, умінь і навичок, які б давали змогу особистості ефективно діяти або виконувати певні функції зі зміцнення здоров'я.

Таким чином, формування у студентів свідомої потреби до систематичних занять фізичними вправами вимагає від викладача пошуку ефективних форм і методів проведення занять, створення відповідного навчально-методичного забезпечення, а також ведення активної пропагандистської діяльності.

Як показують дослідження авторів (Осінчук В.Г., Левків Л.В., 1998-2006; Сіренко Р.Р., Стельникович Ю.В., 2005-2007) існує відповідна залежність між теоретико-методичним і практичним розділами фізичного виховання студентів, де на основі знань формуються вміння і навички, та усвідомлена потреба до систематичних занять фізичними вправами. Викладач повинен широко використовувати різноманітні форми і методи розповсюдження інформації, такі як: лекції, бесіди, диспути, дискусії, пояснення, опис, обговорення тощо.

Аналіз діючих у вищих технічних закладах учбових планів та програми з фізичного виховання доводить, що зростання об'єктивної потреби суспільства у формуванні фізичного здорового активного покоління майбутніх працівників не в значної мірі знайшло у них своє відображення. Порівняно з іншими учбовими дисциплінами на предмет "Фізичне виховання" відводиться найменша кількість навчальних годин, а кількість годин розподіляють в залежності від їхньої спрямованості диференційовано. Тому, складається враження, що окремі види підготовки мають більш важливе значення, ніж інші, зокрема - теоретична. Однак, у програмному матеріалі поставлено ряд педагогічних завдань, які стосуються не лише практичних вмінь та навичок, але й теоретичних знань.

Теоретичний розділ програми визначає той мінімум знань, яким повинні оволодіти студенти, а практичний розділ - матеріал з фізичної, технічної, тактичної та психічної підготовки.

Вивчення думки студентів дало нам можливість визначити актуальні напрямки теоретичної підготовки, які необхідно втілювати в практику фізичного виховання і застосовувати різні форми втілення передачі знань студентам. До таких тем можна віднести:

- співвідношення біологічних та соціальних вимог;
- вибір індивідуального стилю рухової активності;
- національні та авторські школи фізичного виховання;
- засоби загартування організму;
- основи психофізичного тренування;
- пропаганда здорового способу життя;
- методики самостійних занять та методів самоконтролю.

Одним із пріоритетних напрямків теоретичної та методичної підготовки, який дозволяє вирішити питання підвищення мотивації до занять фізичним вихованням та привернути увагу молоді до здорового способу життя є гігієнічний підхід. Зміст гігієнічного напрямку фізичного виховання обумовлений різними факторами: віком, станом здоров'я студентів, режимом навчального процесу та спрямованістю занять.

Студентський вік (17-25 років) має специфічні анатомо-фізіологічні характеристики. Тому фізичне виховання повинне сприяти відповідному

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

формуванню організму студентів, усувати відхилення у стані здоров'я, протидіяти шкідливим впливам, що викликані умовами навчання. Звідси виникає потреба систематичних занять фізичними вправами, а також озброєння студентів знаннями в області охорони здоров'я.

У нашому дослідженні з метою підвищення стійкості організму студентів до негативного впливу деяких чинників оточуючого середовища, покращення стану здоров'я, фізичного розвитку, підвищення працездатності і продовження активного довголіття було використано об'єктивні методи в системі фізичного виховання студентської молоді. Такі як:

- оптимізація умов і режимів навчання і відпочинку;
- раціональне харчування;
- оптимізація рухової активності;
- загартовування тощо.

У навчальних програмах для вищих навчальних закладів педагогічної освіти передбачено вивчення предметів, які стосуються здорового способу життя та безпеки життєдіяльності. Враховуючи особливості багатьох наукових напрямків, такі дисципліни як: "Основи медичних знань та охорона здоров'я дітей", "Охорона безпеки життєдіяльності", "Валеологія", "Гігієнічні основи фізичного виховання" набувають актуальності як науково-методичне забезпечення теоретичного розділу програми з фізичного виховання.

У вищих технічних закладах головним напрямком набуття знань з предмету "Фізичне виховання" у межах теоретичного та методичного розділів повинні бути валеологічний та гігієнічний напрями.

Висновки. Поглиблене теоретичне підґрунтя курсу "Фізичне виховання" в обсязі гігієнічних та валеологічних знань дає можливість майбутнім фахівцям-технологам поглибити свої знання, свідомо відноситись до занять та змін власної фізичної кондиції, зміцнити прагнення кожної особистості до самовдосконалення, підвищити зацікавленість та мотивацію до занять фізичними вправами, до збереження та зміцнення власного здоров'я.

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДЛІТКІВ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Стельмашук Ж. Г., канд. пед. н., доцент;

Лютівський В. О., магістр

Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне, Україна

Потреба збереження та зміцнення здоров'я, мотивації дітей та молоді на здоровий спосіб життя є одним актуальних питань освіти та виховання підростаючого покоління.

Дані наукових досліджень засвідчують погіршення рівня здоров'я, зниження інтересу до занять фізичною культурою саме в учнів основної школи. Водночас підлітковий вік є одним із сприятливих періодів для залучення учнів до регулярних занять фізичною культурою, розширення їх режиму рухової активності.

Проблемі формування мотивації та мотивів особистості присвячені праці