

## ЗДОРОВ'ЯРОЗВИВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ ВНЗ

*Молодіжна політика в Україні визнана одним із пріоритетних напрямів державної політики. Перспектива успішного становлення української нації пов'язана з пошуком оптимальних шляхів розв'язання проблеми розвитку, збереження та зміцнення здоров'я населення, зокрема, молоді. Теоретично обґрунтовано один із перспективних напрямів вдосконалення процесу фізичного виховання студентів різних спеціальностей – застосування у навчально-виховному процесі здоров'ярозвивальних технологій.*

**Ключові слова:** здоров'ярозвивальні, технології, студенти.

**Постановка проблеми.** Згідно стратегії державної кадрової політики на 2012-2020 роки, плану заходів з реалізації Національної стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року та завданням плану заходів щодо впровадження Національної рамки кваліфікацій необхідно враховувати глобальні виклики в методологічному та науково-методичному забезпеченні модернізації вітчизняної освіти відповідно.

Державна національна програма "Освіта. Україна XXI століття", "Державна політика у галузі освіти", Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту, Концепція фізичного виховання в системі освіти України, проект Загальнодержавної цільової соціальної програми "Формування здорового способу життя молоді України" на 2013-2017 роки та інші офіційні державні документи ставлять за мету формування високорозвиненої, фізично здорової та духовно багатой особистості, здатної до творчого мислення та тривалої активної життєдіяльності.

Молодіжна політика в Україні визнана одним із пріоритетних напрямів державної політики. Перспектива успішного становлення української нації пов'язана з пошуком оптимальних шляхів розв'язання проблеми розвитку, збереження та зміцнення здоров'я населення, зокрема, молоді.

Це також зумовлено потребою економіки країни, коли від стану здоров'я молодого покоління залежить якість та кількість продуктивних сил та потенціал майбутнього суспільного розвитку. Нажаль на сучасному етапі, питання розвитку, формування та збереження здоров'я молодого покоління залишається досить гострим, а показники й тенденції продовжують залишатися незадовільними.

Ряд сучасних концептуальних розробок побудови освітніх систем у філософсько-психологічному розумінні людської індивідуальності і її розвитку в освіті, модифікації поведінки із використанням знань аксіології та сенергетики, розвиток та формування здоров'я на основі установлених природно-наукових закономірностей його накопичення та стабілізації, дозволяють підкреслити такий стан, який визначає необхідність введення здоров'ярозвивальних технологій в освіті, яким відводять провідну роль в гуманізації освіти і реалізації здоров'яцентричної парадигми здоров'я людини третього тисячоліття – епохи розквіту культури здоров'я.

Але вирішення даного питання в рамках сучасно системи освіти ускладнено тим, що система, яка називається "здоров'язберігаючою", першочергово за своїм визначенням, орієнтує педагогів лише на збереження здоров'я студентів в стратегічному і методологічному відношенні являється невірним так як в молодому віці необхідно розвиток, зміцнення та вдосконалення його потенціалу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз літературних джерел з даного питання вказують на те, що здоров'язберігаюча педагогічна система в вишах виявляється малоефективною (А. В. Богданова, С. Б. Бондарь, В. А. Смирнова, Т. В. Виборнова [2]; Ю. А. Гордеев, И. В. Гордеева; В. Н. Ирхин; И. В. Ирхина; С. Н. Филиппова та ін.) і здоров'я студентів від курсу до курсу погіршується (Н. А. Агаджанян; М. К. Зубрицкий, Г. А. Залезинская; Б. И. Новиков, В. В. Федоткин; И. Н. Полунин, Т. Ю. Щурова, Ю. И. Филимонов та ін.).

Проблема здоров'я його розвитку, зміцнення та збереження досліджувалася науковцями різноманітних дисциплін: фізіологами В. М. Бехтеревим, М. О. Бернштейном [1], І. М. Сеченовим, О. О. Ухтомским; психологами В. В. Давидовим, Д. Б. Ельконіним, О. В. Запорожцем, В. П. Зінченко, О. М. Леонтьевим та ін.; психологами і психофізіологами А. Р. Лурієм; філософами В. П. Андущенком, Е. В. Ільєнковим, В. Г. Кременем; педагогами, лікарями, теоретиками фізичної культури та спорту П. Ф. Лєсгафтом, Е. А. Аркініним, і Ю. Ф. Змановским, С. У. Гончаренком; фахівцями у галузі біомеханіки і спортивної педагогіки О. А. Архиповим, С. В. Гаркушею [3, 7], В. М. Зациорським, Д. Д. Донським [4], С. В. Дмитрієвим, А. М. Лапутініним, М. О. Носком [6, 7] та ін.; педагогами з теорії та методики фізичного

виховання О. Д. Дубогай, В. Г. Ареф'євим, Л. П. Сущенко, О. В. Тимошенком та ін. А також педагогікою оздоровлення займався Ю. Ф. Змановський, розвивальним фізичним вихованням В. Т. Кудрявцев та ін.

В останні роки в працях вітчизняних та зарубіжних спеціалістів висвітлюються дуже багато важливих проблем організації навчально-тренувального процесу у ВНЗ: підвищення результативності, доступності, демократичності форм занять, індивідуалізація фізичного виховання, його тренувальної спрямованості; диференціація практичних умінь і навиків для збереження та зміцнення здоров'я, використання компетентнісного підходу у навчанні та ін. В працях звертається увага на те, що, не дивлячись на регулярні заняття в період навчання, значна частина студентів не справляються з вимогами програми через те, що рівень фізичної підготовленості характеризується суттєвою неоднорідністю. А навчально-тренувальний процес частіше всього будується для всього контингенту та тих хто займається із врахуванням тільки їх медичних груп, а ще рідше із врахуванням їх загальної фізичної підготовленості і по рівню розвитку рухових якостей групи [3].

Широке застосування у навчально-виховному процесі сучасних здоров'ярозвивальних технологій – один із перспективних напрямків для вдосконалення процесу з фізичного виховання студентів різних курсів. Застосування у навчально-виховному процесі спеціальних технологій актуально і перспективно.

Саме це зумовило вибір теми статті, **мета** якої є теоретично обґрунтувати актуальність та перспективи застосування здоров'ярозвивальних технологій у навчально-виховному процесі з фізичного виховання студентів.

**Результати дослідження.** Здоров'я – це одночасно комплексний та цілісний, багатомірний стан, який розвивається в процесі реалізації генетичного потенціалу в умовах конкретного соціального та екологічного середовища, і який дозволяє людині різноманітно здійснювати її соціальні функції (Г. А. Калачев).

В. П. Казначеев [5] визначає поняття здоров'я як динамічний процес збереження і розвитку фізіологічних, біологічних і психологічних функцій, оптимальної трудової і соціальної активності при максимальній тривалості активного творчого життя. Здоров'я особистості – це самовдосконалення і саморозвиток, самооцінка і свобода здатності бути особистістю.

В традиційній педагогіці поняття здоров'язберігаючі освітні технології пояснюються по різному. Але якщо дотримуватися методологічного регулятиву В. В. Серикова [8], то стосовно до поставленої проблематики, можна визначити технологію, як здоров'ярозвивальну педагогічну діяльність, яка по новому буде відносини між освітою та вихованням, переводить їх в рамки життєзабезпечуючого процесу, направленою примноження здоров'я учасників цього процесу. Ці технології покликані забезпечувати природні якості студентів: їх розумових, моральних і естетичних почуттів, потреби в діяльності, оволодіння досвідом спілкування з людьми, природою, мистецтвом.

Здоров'ярозвивальна технологія фізичного виховання – це модель сумісної педагогічної діяльності викладача і студента із проектування, організації і реалізації індивідуального режиму рухової активності студента, що спирається на супутні технології, міждисциплінарний підхід, спрямований на профілактику захворювань, зміцнення, розвиток і вдосконалення здоров'я із метою якісної підготовки до майбутньої професійної діяльності.

Здоров'я і заснована на ньому життєва цілісність організму можуть стати точкою докладання зусиль не тільки медиків, але і педагогів, психологів, тобто – бути предметом проектування, а не просто впливу на наявний стан. Навчальні заклади часто "консервують" і "відтворюють" дитячу захворюваність саме тому, що за традицією або мимоволі віддають перевагу другій позиції (впливу на поточний стан). Не виправляє положення і прийнята в масовій практиці система профілактичних заходів, оскільки вона орієнтується на ту ж позицію. У будь-якому випадку фахівець як би ставиться перед фактом захворювання або його відсутності.

Актуальність і доцільність обґрунтування наукових основ застосування здоров'ярозвивальних технологій в процесі фізичного виховання студентів різних спеціальностей вищих педагогічних навчальних закладів вимагають саме такі суперечності: між активним впровадженням в освіті новітніх технологій навчання та застарілою практикою фізичного виховання студентів; між великим бажанням студентів педагогічних університетів до самовиховання і низьким рівнем його втілення; рівнем наукових досягнень із розробки здоров'язбережувальних і здоров'ярозвивальних технологій та здатністю використовувати їх результати в процесі роботи педагогічних ВНЗ; між соціальними вимогами до виховання здорових громадян України та недостатніми можливостями ВНЗ щодо їх ефективної, цілеспрямованої реалізації в процесі фізичного виховання студентів; пропагандою ведення здорового способу життя студентів педагогічних вищих навчальних закладів та відсутністю належних практичних заходів, недостатньою підготовкою компетентних кадрів у ВНЗ; недостатньою мотивацією до активних занять з фізичного виховання, та самостійних занять з фізичного виховання тобто – самовдосконалення; інколи з бажанням займатися фізичним вихованням та самовдосконалення виникає проблема в його реалізації, а саме відсутністю місць та умов для занять; максимальне використання оточуючого середовища, природних чинників за місцем навчання та проживання; відсутність сучасних навчальних технологій пов'язаних із специфікою навчального процесу та майбутньою спеціальністю.

При такій постановці проблеми потребують уточнення критерії основного результату здоров'ярозвивальних технологій. Цей результат повинен полягати в тому, що ефект окремого здоров'ярозвивального заходу закріплюється у вигляді стійкого, константного, цілісного психосоматичного стану, який

далі може відтворюватися у режимі саморозвитку. Це і є прижиттєво сформоване здоров'я, яке педагогічно і психологічно культивується на основі певного методичного забезпечення.

Нами були вибрані в якості предмету дослідження технології, спрямовані на планомірний та динамічний розвиток рухових якостей, рухових навиків, які необхідні студентам в їх майбутній трудовій діяльності.

До таких технологій відносимо спеціально створені зовнішні умови – організація навчально-тренувального процесу в спеціальних тренажерних залах, на гральних площадках із різноманітним додатковим обладнанням та інвентарем.

На наш погляд, успішне вирішення даної проблеми багато в чому залежить від розробки і впровадження у навчально-виховний процес тренувальних пристроїв, простих і сучасних тренажерів та спеціального додаткового обладнання, які спрямовані на розвиток як загальних так і спеціальних рухових якостей.

**Висновок.** На сьогодні актуальним рішенням проблеми розвитку, збереження та зміцнення здоров'я молоді – це підвищення інтересу і мотивації студентів різних спеціальностей до занять фізичним вихованням завдяки розробці, обґрунтуванню та впровадженню в заняття фізичного виховання студентів різних спеціальностей педагогічних університетів здоров'язрозвивальних технологій. Та у розробці методичних та дидактичних матеріалів запровадження сучасних здоров'язрозвивальних технологій для викладачів.

### Використані джерела

1. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н. А. Бернштейн. – М. : Медицина, 1966. – 349 с.
2. Богданова А. В. Организация и проведение занятий по физическому воспитанию со студентками в ВУЗе / А. В. Богданова, Т. В. Выборнова, В. А. Смирнова // Сборник научных трудов. – Ульяновск: УЛГТУ, 2011. – С. 184-186.
3. Гаркуша С. В. Теоретичні аспекти проблеми формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання технологій збереження здоров'я / С. В. Гаркуша // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету / Черніг. нац. пед. ун-т ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів, 2013. – Вип. 113. – С. 171-173.
4. Заиорский В. М. Биомеханика / В. М. Заиорский, Д. Д. Донской // Учебник для ин-тов физ. культуры. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 264 с.
5. Казначеев В. П. Основание формирования программы общей и частной волеологии // Волеология. – 1996. – №4. – С. 75-82.
6. Лапутін А. М. Біомеханічні основи техніки фізичних вправ / А. М. Лапутін, М. О. Носко, В. О. Кашуба. – К. : Науковий світ, 2001. – 201 с.
7. Носко М. О. Теоретико-методичні аспекти зміцнення фізичного здоров'я учнівської та студентської молоді / М. О. Носко, С. С. Єрмаков, С. В. Гаркуша // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету / Черніг. держ. пед. ун-т ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів, 2010. – №Вип. 76. – С. 243-247.
8. Сериков В. В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем / В. В. Сериков. – М.: Издательская корпорация "Логос", 1999. – 272 с.

*Redko T., Avdeenko N.*

### THE HEALTH'S TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION OF UNIVERSITY STUDENTS

*Youth policy in Ukraine is recognized as one of the priority directions of the state policy. The prospect of successful establishment of the Ukrainian nation associated with finding optimal solutions to problems of development, preservation and strengthening of health of the population, in particular young people. Theoretically proved one of the promising directions of perfection of process of physical education of students of different specialties – application in the educational process the health's develop technologies technologies.*

**Key words:** *health's develop technologies, technology students, physical education.*

*Стаття надійшла до редакції 19.09.2014 р.*