

18. Суперсила: Интенсивные тренировки.//пер. с англ. И. Маргулис-М., ТЕРРА,1997.-144с.
19. Утенко В.Н. Физическая подготовка Вооруженных Сил НАТО. Методическое пособие.-Л.: ВИФК, 1986-116с.
20. Шкідченко В.П. Стратегія України у сфері реформування Збройних Сил здобутки та погляд у майбутнє.// Наука і оборона-2000.-№4.-с.3-9.
Надійшла до редакції 13.10.2001р.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ КООРДИНАЦІЙНОЇ СТРУКТУРИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ МОЛОДІ

Носко М.О.

Чернігівський державний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка

***Анотація.** В статті автор розглядає структуру національної системи виховання, проблему істотного удосконалення чи перебудови системи фізичного виховання дітей і молоді, а також методологію процесу навчання рухам у фізичному вихованні і спорті*

***Ключові слова.** Фізичне виховання, формування рухів, методологія, навчання.*

***Аннотация.** Носко Н.А. Теоретико-методологические основы исследования координационной структуры двигательной активности молодежи. В статье автор рассматривает структуру национальной системы воспитания, проблему существенного усовершенствования или перестройки системы физического воспитания детей и молодежи, а также методологию процесса обучения движениям в физическом воспитании и спорте.*

***Ключевые слова.** Физическое воспитание, формирование движений, методология, обучение.*

***Summary.** Nosko N.A. Idealized-methodological fundamentals of research coordination frame of a motor performance of youth. In the article the writer considers frame of a national system of education, problem of essential advancing or rearrangements of a system of physical training of children and youth, and also methodology of a learning process to motions in physical training and sports.*

***Keywords.** Physical training, formation of motions, methodology, training.*

Виховання рухів – дорога до виховання точної роботи мозку, – зазначив Гастев О.К. [4].

В Україні, як і в інших країнах світу, історично склалася своя система виховання, що максимально враховує національні риси і самобутність українського народу.

У жодній країні світу немає виховання “взагалі”. Воно завжди має конкретно-історичне, національно-державне вираження і спрямоване на формування громадянина конкретної держави, що не може бути безнаціональним [5].

Національне виховання – створена протягом сторіч самим народом система поглядів, переконань, ідей, ідеалів, традицій, звичаїв, покликаних

формувати світоглядну свідомість і ціннісні орієнтації молоді, передавати їй соціальний досвід, надбання попередніх поколінь. Науково обгрунтоване, правильно організоване національне виховання відображає історичний шлях народу, перспективи його розвитку [1, 5].

Актуальність створення системи національного виховання в умовах держави України визначається потребами суспільства у всебічній активізації інтелектуального та духовно-творчого потенціалу національних і загальнонародських цінностей, суперечливими процесами “вмикання” особистості в громадське життя, необхідністю забезпечення єдності, спадкоємності й послідовності виховних впливів різних соціальних інститутів, постійного коректування виховного процесу [5, 12, 13].

У пошуках нової системи виховання на перший план висувуються гуманістичні ідеї й орієнтири, що ґрунтуються на повазі до особистості дитини, турботі про її розвиток. Такий підхід припускає визначення кожного виховання як унікальної особистості, його правил, ставлення до нього як до суб'єкта власного розвитку [13].

В умовах розвитку української державності методологічною основою теорії і практики виховання як соціального явища є ідеологія незалежності України, що орієнтована на національні і загальнолюдські цінності [10]. Методологія – це система принципів і засобів організації й побудови теоретичної та практичної діяльності, а також навчання про цю систему. Спочатку методологія була неясно подана в практичних формах взаємин людей з навколишнім середовищем. Згодом вона виокремлюється в спеціальний предмет раціонального пізнання і формується як система соціально апробованих правил, нормативів пізнання і дії, що співвідносяться з властивостями і законами дійсності. Задача поповнення і передача соціального досвіду вимагали систематизації принципів, що ґрунтуються на самій діяльності, розпорядженнях, прийомах і операціях [14].

До найдавніших функцій людини відноситься рухова функція. На різних етапах еволюції їй часто надавалася вирішальна роль в постійній боротьбі за виживання людини, як самостійного біологічного виду. Динаміка філогенетичного розвитку рухової функції завжди відрізнялася великою інтенсивністю, носила чітко виражений прогресивний характер. Це зумовлено формуванням людини, яке відбувалося в постійно мінливих умовах зовнішнього середовища. Згодом ускладнювалися виникаючі перед людським організмом рухові задачі, на які він щоразу відкликався збагаченням своїх координаційних ресурсів. Завдяки вже організованому педагогічному процесу, цей процес, на думку М.О. Бернштейна [2, 3], проходив по двох лініях. Перша – рухові задачі ставали більш складними, зростала розмаїтість реакцій, необхідних організму. До них висувалися більш високі вимоги щодо диференційованості й точності. Друга – ускладнювалася значення стороння рухів, дій і вчинків кожного індивідуума. При цьому збільшувалося число незвичних, нешаблонних рухових задач, рішення яких потребувало визначеного індивідуального досвіду. У таких умовах відбувалася також пристосувальна перебудова нервової системи, спроможної, завдяки своїй пластичності, виходити за рамки стереотипних рішень [10].

У фізичному вихованні і спорті застосування наукової методології допомагає знайти найкоротший і найбільш ефективний шлях досягнення

достовірних знань. Методології процесу навчання рухам у фізичному вихованні і спорті необхідно врахувати, що суть її полягає не в тому, щоб показати засоби і прийоми наукового дослідження, а в тому, що являє собою конкретна галузь науки, показати ті загальні властивості й відношення, що відрізняють одну галузь знань від інших, тобто правильно визначити місце даної галузі знань і напрямки її розвитку [11].

Останнім часом вчені й спеціалісти порушують питання про необхідність істотного удосконалення чи перебудови системи фізичного виховання дітей і молоді.

На наш погляд, система повинна бути “перемурована” на основі принципів гуманістичної педагогіки і психології. Найважливіші з цих принципів є: посилення уваги до кожної особистості як до вищої соціальної цінності; перетворення учня з об’єкта соціально-педагогічного впливу педагога в суб’єкт активної творчої діяльності на основі розвитку внутрішніх мотивів до самовдосконалення і самовизначення; демократизація у взаєминах викладача й учнів; формування в людини мотивації різнобічного гармонічного розвитку тощо. Важливим в удосконаленні й організації фізичного виховання дітей і молоді є більш повне урахування індивідуальних морфо-функціональних і психологічних особливостей людини в процесі його фізичного виховання, з обов’язковою відповідністю утримання рухів активності ритмам вікового розвитку людини і фундаментальних закономірностей цілеспрямованого перетворення його життєвого потенціалу [15].

Велика увага приділяється також істотному переорієнтуванню цілей і завдань фізичного виховання. У першу чергу мова йде про перехід від системи, орієнтованої на формування лише визначених фізичних якостей, життєво необхідних рухових умінь і навичок, до системи, що дає людині глибокі знання про свій організм, його рухові можливості, засоби цілеспрямованого впливу на фізичний стан, збереження і зміцнення здоров’я, а також формуючої потреби в здоровому способі життя і фізичного удосконалення, в активних заняттях фізичними вправами і спортом. Ставиться задача формування здорового способу життя і фізичної культури.

З вищевикладеного необхідно уточнити основні показники і компоненти здорового способу життя і фізичної культури особистості, а такими, по-перше, є:

- ? ставлення особистості до свого тіла як до цінності; характер цього ставлення (тільки декларативне або реальне), що припускає свідому, цілеспрямовану діяльність із метою підтримки в нормі й удосконалення свого фізичного стану, різноманітних його параметрів: здоров’я, постави, статури, фізичних якостей і рухових спроможностей;
- ? різноманіття використовуваних з цією метою засобів; уміння ефективно застосовувати їх; рівень знань про організм, фізичний стан, засоби впливу на нього і методику їх застосування;
- ? цінності особистості, пов’язаних з тілом, схвалених і реалізованих нею на практиці (ідеали, норми, зразки поведінки, пов’язані з турботою про фізичний стан);
- ? ступінь орієнтації на цю турботу; прагнення допомогти іншим людям у їх формуванні, фізичному удосконаленні й наявності для цього відповідних знань, умінь, навичок, ціннісних орієнтацій.

По-друге, важливо уникнути різнобічності при формуванні й удосконаленні фізичної культури особистості. Це припускає дотримання двох умов: а) формування й удосконалення як мінімум трьох компонентів фізичної культури: рухової культури (культури рухів), культури здоров'я і культури статури; б) стосовно до кожного з цих елементів фізичної культури і до неї в цілому формування й удосконалення не тільки знань, але й інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій, крім того, умінь і навичок, що виявляються людиною за відповідної поведінки, уяви, стилю життя.

По-третє, особлива увага приділяється формуванню у дітей і молоді гуманістично орієнтованої фізичної культури.

По-четверте, фізичне виховання і спорт розглядаються як елементи більш широкій системи виховання, що включає в себе естетичне, моральне, екологічне й інші компоненти формування гармонійно розвинутої особистості [13].

Фізична культура – складова частина загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей з метою гармонійного формування особистості та розвитку активної життєдіяльності. Матеріал базової програми спрямований на вирішення виховних, освітніх та оздоровчих завдань на уроках фізичної культури. Учитель за допомогою всіх форм навчальної та позакласної роботи повинен закласти фундамент фізичної культури та вказати учневі шляхи оволодіння необхідними знаннями, навичками й уміннями, методикою розвитку фізичних якостей, потрібних для зміцнення здоров'я, забезпечення здорового способу життя, активної праці, а юнакам – підготовки до служби в армії [12].

У біомеханіці фізичних вправ дуже важливе створення передумов для наукового обґрунтування методики навчання рухам у навчально-тренувальному процесі. Але це не означає, що біомеханіка повинна навіть у малому замінювати педагогіку. Проте без глибокого знання предмета вивчення (рухів) неможливо побудувати самий процес навчання. Таким чином, варто визнати, що біомеханіка має пряме відношення і безпосередній практичний вихід на педагогіку фізичного виховання і спорту, а точніше – на педагогіку рухів. Знання механізмів і закономірностей формування рухів людини багато в чому визначається ступенем ефективності і цілеспрямованістю навчання рухам. З цього погляду треба розглянути деякі біомеханічні аспекти удосконалення рухової функції в зв'язку з організацією технічної (рухової) підготовки молоді.

Сьогодні рухи людини в біомеханіці вивчаються і розглядаються з системних позицій. Роботами І.М. Сеченова, О.О. Ухтомського, М.О. Бернштейна і багатьох інших дослідників переконливо показано, що всяку достатньо складну і цілеспрямовану рухову дію варто розглядати як складну динамічну систему, що складається з взаємозалежних складових частин-підсистем (систем більш низького порядку), які включають в себе рухи-елементи.

При організації педагогічного процесу навчання дітей і молоді перед учителем і тренером виникають визначені методичні проблеми, зумовлені надзвичайною складністю як апарату рухів людини, його рухової функції, так і зовнішній взаємодій організму й специфіки того чи іншого виду діяльності у фізичному вихованні і спорті. Одна з них – вибір правильної відповіді на питання: якою повинна бути техніка вправ: стандартною для всіх чи індивідуальною. У

навчально-тренувальному процесі ці два підходи можуть поєднуватися, проте завжди необхідно враховувати конкретні обставини переважного використання того чи іншого методичного прийому. Більшість спеціалістів сходяться в думці, що на початкових етапах навчання вчитель повинен запропонувати учням такі зразки техніки, які характерні для багатьох людей, тобто мають відомий ступінь стандартності. В міру засвоєння елементів техніки навчання повинно ставати більш індивідуалізованим, побудованим з урахуванням особливостей моторики кожної людини [6].

Процес навчання рухам розглядається як характерна форма передачі знань про рухи й засвоєння спеціальних навичок, що відбивають руховий досвід попередніх поколінь. У дидактиці навчання звичайно розглядають як процес взаємозалежної діяльності вчителя-тренера й учня, спрямований на придбання нових знань, умінь і навичок, а також на розвиток розумових і духовних якостей тих, кого навчають. Викладання – це характерна діяльність педагога-тренера, навчання, тренування – основа діяльності того, кого навчають. Ці дві сторони одного процесу нерозривно пов'язані між собою [8, 9].

Значно впливають на хід процесу навчання мотиви, якими керуються ті, кого тренують. Вони можуть бути різними, проте в усіх випадках повинні носити позитивний характер. Для педагога-тренера важливо знати, які мотиви, інтереси привели до нього в секцію, на заняття кожного з учнів. У більшості випадків саме мотиви визначають у майбутньому хід усього процесу навчання. Тут велике значення має керівна і направляюча роль тренера-вихователя: саме він шляхом вибору правильної мотивації забезпечує необхідні умови для успішних занять фізичною культурою і спортом, він організує молодь, стимулює їхню пізнавальну діяльність, навчає правильно застосовувати свої знання й уміння не тільки у фізичному вихованні і спорті, але й у повсякденному житті. Навчання нерозривно пов'язане з вихованням молоді, воно робить величезний вплив на моральні якості кожної особистості. Виховання і навчання – це складові частини єдиного педагогічного процесу, що забезпечують у комплексі вирішення важливих і складних завдань з розвитку і формування людини [6, 7].

Література:

1. Базова навчальна програма для вищих закладів освіти України III і IV рівнів акредитації: Фізичне виховання. – К., 1998. – 26 с.
2. Бернштейн Н.А. О построении движений. – М.: Медиз, 1947. – С. 19–195.
3. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии актив-ности. – М.: Медицина, 1966. – 349 с.
4. Гастев А.К. Как надо работать. Практ. введ. в науку организации труда. – М.: Экономика, 1964. – 472 с.
5. Концепція національного виховання. // Початкова школа. – 1995. – №2. – С. 48–52.
6. Лапутин А.Н. Обучение спортивным движениям. – К.: Здоров'я, 1986. – 336 с.
7. Лапутин А.Н., Гурвич С.С. Теоретико-философские основы исследования двигательного совершенствования в спорте // Оптимизация управления процессом совершенствования технического мастерства спортсменов высшей квалификации. – К.: КГИФК, 1979. – С. 5–13.
8. Педагогика: Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей / Под ред. П.И.Пидкасистого. – М.: Педагогическое общество России, 1998. – 640 с.

9. Педагогика: Учебное пособие для студентов педагогических учебных заведений / В.А.Сластенин, И.Ф.Исаев, А.И.Мищенко, Е.Н.Шиянов. – М.: Школа–Пресс, 1998. – 512 с.
10. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
11. Платонов В.Н. Теория спорта. – К.: Вища школа, 1987. – 424 с.
12. Програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (1-11 класи). – К, 1998.
13. Столяров В.И., Быховская И.М., Лубышев Л.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) // Теория и практика физической культуры. – 1998. – №5. – С. 11–15.
14. Столяров В.И., Быховская И.М., Лубышев Л.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) // Теория и практика физической культуры. – 1998. – №5. – С. 11–15.
15. Философский энциклопедический словарь. / Редкол.: С.С.Аверинцев, Э.А.Араб–Оглы, Л.Ф.Ильичев и др. – 2-е изд. – М.: Советская энциклопедия, 1989. – 815 с.
16. Фіцула М.М. Педагогіка: Навчальний посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 1997. – 192 с.

Надійшла до редакції 16.10.2001р.

ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ В УКРАЇНІ

Кухтій А.О.

Львівський державний інститут фізичної культури

***Анотація.** У статті представлені можливості аналізу зміни будівлі в системі керування фізичною культурою і спортом в Україні. Це також дозволяє аналізувати їхній характер, значення і роль у розвитку цієї сфери і її стан на регіональних рівнях.*

***Ключові слова:** фізична культура, спорт, розвиток, держава, право.*

***Аннотація.** Кухтій А.О. Особенности функционирования и перспективы развития области физического воспитания и спорта в Украине. В статье представлены возможности анализа изменения строения в системе управления физической культурой и спортом в Украине. Это также позволяет анализировать их характер, значение и роль в развитии этой сферы и ее состояние на региональных уровнях.*

***Ключевые слова:** физическая культура, спорт, развитие, государство, право.*

***Summary.** Kuchtij A.O. Features of functioning and prospect of development of range of physical education and sports in Ukraine. The present article give a possibility to analyses the modifications of structure in management system of physical culture and sport in Ukraine. It also allows to analyze their character, importance and role in development of this sphere both on state and regional levels.*

***Keywords:** physical culture, sports, development, state, right.*

Складні економічні та політичні перетворення, що відбуваються в