

УДК 378.015.3:796

DOI:

Віра Базильчук, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту
Хмельницького національного університету

Олег Базильчук, доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії
Хмельницького національного університету

Юрій Дутчак, доктор педагогічних наук, доцент,
професор кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту,
Хмельницького національного університету

РОЛЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ СПОРТИВНИХ ІГОР НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті здійснено аналіз науково-педагогічного дискурсу проблеми рухової активності студентів у процесі використання засобів спортивних ігор на заняттях з фізичного виховання. Систематизовано погляди на організацію фізичного виховання у ЗВО, а також наголошується на важливості спортивних ігор на заняттях з фізичного виховання. Визначено пріоритетні види спорту, якими займаються студенти і до яких віднесено футбол, баскетбол, регбі, волейбол. Деяко менша кількість учасників опитування прагнуть займатися на заняттях з фізичного виховання гандболом, футзалом, бадмінтоном, настільним тенісом.

Ключові слова: рухова активність; студенти; засоби спортивних ігор; фізичне виховання.

Рис. 3. Літ. 10.

Vira Bazylchuk, Ph.D. (Physical Education and Sports), Associate Professor,
Associate Professor of the Theory and Methods of Physical Education and Sports Department
Khmelnytsky National University

Oleg Bazylchuk, Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor,
Head of the Physical Therapy, Occupational Therapy Department
Khmelnytsky National University

Yurii Dutchak, Doctor of Sciences (Pedagogy), Associate Professor,
Professor of the Theory and Methods of Physical Education and Sports,
Khmelnytsky National University

THE ROLE OF STUDENT MOTOR ACTIVITY IN THE PROCESS OF USING GAMES OF SPORTS GAMES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

The article analyzes the scientific and pedagogical discourse of the problem of motor activity of students in the process of using sports games in physical education classes. It is emphasized that in the modern period in formulating the program-normative bases of physical education of higher education seekers should take into account the trends of humanization, harmonization, informatization and use of valueological values of physical culture. The tasks of using sports games in physical education of students include: physical improvement and strengthening of health, as conditions for ensuring and achieving a high level of professionalism in socially significant activities; formation of a conscious need to learn the values of health, physical culture and sports; ensuring the achievement of the necessary and sufficient level of physical qualities, the system of motor skills and abilities. Views on the organization of physical education in the Free Economic Zone are systematized, and the importance of sports games in physical education classes is emphasized.

Unfortunately, in recent years, there has been a significant reduction in the number of hours taught in higher education in the field of "Physical Education", which has reduced the role of physical culture in shaping the personality of modern professionals, reducing physical activity and deteriorating health. Intensification of the educational process in physical education should become one of the key paradigms of the Ukrainian higher education system. It was found that more than half of the surveyed students get the most positive emotions from playing sports, and a much smaller percentage of those who do athletics, fitness, gymnastics, swimming, martial arts, weightlifting, powerlifting, rowing – less than a fifth of students surveyed.

Keywords: motor activity; students; means of sports games; Physical Education.

Постановка проблеми у її загальному вигляді. У сучасний період модернізація сучасних принципів фізичного виховання та дидактичних завдань дисципліни "Фізичне виховання" повинна здійснюватися через трансформацію змісту навчальної програми і

науково-методичного, організаційного, матеріально-технічного механізмів її забезпечення, підвищення ефективності позааудиторних занять фізичною культурою та спортом. На жаль, за останні роки у закладах вищої освіти відбулося значне скорочення обсягу навчальних годин з дисципліни “Фізичне виховання”, що призвело до зниження ролі фізичної культури у формуванні особистості сучасного фахівця, зменшення рухової активності студентів та погіршення стану їх здоров’я. Активізація освітнього процесу з фізичного виховання повинна стати однією з ключових парадигм української системи вищої освіти.

Аналіз останніх досліджень. Проблема рухової активності здобувачів вищої освіти як найефективнішого засобу профілактики захворювань та зміцнення здоров’я, розглядається у наукових працях таких учених, як А. Бухвал, В. Вороніцький, В. Гуменний, Г. Єдинак, М. Носко, С. Савчук, О. Стасенко, А. Хоменко, О. Тимошенко та ін.

Значний внесок у розвиток питань, пов’язаних із життєдіяльністю та руховою активністю студентів, зробив Г. Грибан [4].

Польські науковці I. Grygus [8], K. Prusik [9] вказують на важливість оптимізації рухової активності студентів.

Питання, пов’язані з організацією спортивних ігор в освітньому середовищі, досліджували О. Базильчук, А. Ребрина та С. Столітенко; Р. Бойчук, В. Ковцун, М. Короп та І. Белявський; М. Носко та О. Архипов; П. Горобей, О. Чалий, Т. Дерябкіна; О. Оплетин та ін. Дослідники вказують на необхідність формування нових стереотипів різних виявів рухової активності, оптимально відповідних їх стилю та здорового способу життя. Однак, спроби науковців оцінити та встановити орієнтовні норми рухової активності студентів засобами спортивних ігор на заняттях з фізичного виховання є недостатніми.

Мета статті: аналіз науково-педагогічного дискурсу проблеми ролі рухової активності студентів у процесі використання засобів спортивних ігор на заняттях з фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу. У сучасний період при формуванні програмно-нормативних засад фізичного виховання здобувачів вищої освіти слід враховувати тенденції гуманізації, гармонізації, інформатизації та використання валеологічних цінностей фізичної культури.

З позицій сьогодення невід’ємною складовою частиною формування професійної культури, збереження та зміцнення здоров’я є фізичне виховання студентів закладів вищої освіти. Так,

С. Савчук і А. Хомич вбачають за доцільне в основу наукової концепції фізичного виховання студентської молоді “покласти принцип оздоровчого спрямування та підпорядкувати йому всі засоби й методи, підготовку кадрів і технологію навчального процесу, уключаючи самостійні заняття фізичними та спортивними вправами” [6, 41]. Науковці вказують, що під час розробки програм фізичного виховання і їх наукового обґрунтування для закладів вищої освіти певного профілю необхідно “керуватися принципом індивідуалізації, який передбачає планування фізичних навантажень з урахуванням особливостей фізичного розвитку, стану здоров’я, рівня фізичної підготовленості, профілю навчального закладу, регіональних особливостей захворюваності тощо” [6, 41]. Для нас ці думки вчених є дуже важливими.

Однак, як вважають А. Хоменко і В. Тимошенко, фізичне виховання у ЗВО регламентоване за змістом та обсягом обов’язкового часу навчальної програми, не здатне повноцінно розв’язувати комплекс завдань з фізичної підготовленості, інтелектуального і духовного розвитку студентів [8, 190]. Слушною є думка науковців про те, що ефективність програм з фізичного виховання, збереження і зміцнення здоров’я студентської молоді виявляє суперечності між високими вимогами освітнього процесу у ЗВО та невідповідністю до цих вимог стану здоров’я багатьох студентів; наявністю значної кількості інноваційних методів та засобів фізичної культури і спорту та відсутністю повноти використання педагогічних технологій у сфері фізичного виховання здобувачів вищої освіти.

Зазначене дає підставити стверджувати про об’єднання сучасних принципів фізичного виховання та спортивного тренування: доступності та індивідуалізації, науковості, свідомості й активності, наочності, неперервності й поступовості. Для цього необхідно ефективно розв’язати дидактичні завдання фізичного виховання на новій організаційній основі: через цілеспрямоване вдосконалення науково-методичного, організаційного, матеріально-технічного постачання та фінансування механізмів забезпечення та реалізації змісту навчальної програми з фізичного виховання.

У вищій школі пріоритетною є концепція здоров’я студентів, їх оптимальні обсяги рухової активності. О. Стасенко, стверджує, що “програма з фізичного виховання виділяє три основні форми фізкультурної діяльності студентів, однак перша форма реалізовується на академічних заняттях у навчальний час, передбачає комплексне

РОЛЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ СПОРТИВНИХ ІГОР НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

розв'язання трьох груп педагогічних завдань – освітніх, виховних та оздоровчих із переважною освітньою спрямованістю; друга форма передбачає активні заняття спортом у позаурочний час; третя форма – активне дозвілля студентів, що передбачає організацію самостійних занять у позаурочний час (у тому числі й у комерційних оздоровчих групах із пріоритетною оздоровчою спрямованістю), використання різних форм і засобів фізичної культури” [7, 155].

У навчальному посібнику “Спортивні ігри” за редакцією О. Базильчука, А. Ребрини та Є. Столітенка та ін., зазначається, що “спортивні ігри можна з упевненістю назвати універсальним засобом фізичного виховання всіх категорій населення, адже з їх допомогою досягається мета – формування основ фізичної і духовної культури особистості, підвищення ресурсів здоров'я як системи цінностей, активно і довгостроково реалізованих у здоровому способі життя” [1, 10]. До завдань використання спортивних ігор у фізичному вихованні студентів належать: фізичне вдосконалення і зміцнення здоров'я як умова забезпечення та досягнення високого рівня професіоналізму в соціально-значимих видах діяльності; формування усвідомленої потреби в освоєнні цінностей здоров'я, фізичної культури та спорту; забезпечення досягнення необхідного та достатнього рівня фізичних якостей, системи рухових вмінь і навичок.

Спортивні ігри є одним з найефективніших засобів фізичного розвитку студентської молоді, прояву їх соціальної активності і сферою спілкування, зміцнення та охорони здоров'я, правильною формою організації та проведення дозвілля, що також впливає на інші сторони людського життя: на структуру моральних та інтелектуальних характеристик, авторитет і становище в суспільстві, трудову діяльність.

Спортивні ігри у поєднанні із засобами загальної фізичної підготовки, професійними вправами, теоретичними заняттями, як вважають Р. Бойчук, В. Ковцун, М. Короп та І. Белявський, є “ефективним засобом для покращення тих фізичних, психічних і спеціальних якостей, які висуваються до фахівців майбутніх фахівців на виробництві” [2, 261].

Науковці М. Горобей, О. Чалий та Т. Дерябкіна наголошують, що “педагогічні можливості спортивних ігор у вихованні особистості є одним з факторів її розвитку, саморозвитку і вдосконалення, що необхідно для збереження здорової особистості, формуванню в студентів культури здоров'я під час навчання у ЗВО” [3, 9].

О. Оплетін вказує, що “спортивні ігри

виконують для студентів одночасно кілька функцій, а саме: як розвага, насолода, орієнтація на власне ігровий процес; як компенсація, що дозволяє розрядити надлишок нервової енергії, скинути емоційне та інтелектуальне напруження, яке виникло у студента на попередніх заняттях; як “відновник” життєвих сил, що призводить до відновлення у студентів внутрішньої рівноваги; як засіб пізнання навколишнього світу та самопізнання через актуалізацію внутрішнього стану людини; як особлива форма комунікації, що виконує виховну функцію” [5, 92].

З метою вивчення значення розвитку рухової активності студентів засобами спортивних ігор на заняттях з фізичного виховання було здійснено анкетування 309 студентів (2 курс), які навчалися з галузі знань 01 “Освіта / педагогіка” спеціальності 03 “Гуманітарні науки”, 035 “Філологія” та 014 “Середня освіта українська мова і література” за освітнім ступенем “бакалавр”. В анкетуванні брали участь 32 студенти Бердянського державного педагогічного університету, 74 студенти – Хмельницького національного університету, 71 студент – Дрогобицького державного педагогічного університету та 132 студенти Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

Аналіз результатів анкетування серед студентської молоді свідчить, що на сьогоднішній день, отримують задоволення від відвідування занять фізичними вправами 25,0 %, частково отримують задоволення – 43,9 % респондентів, не отримують – 20,9 %, а саме 10,2 % респондентам було важко відповісти про задоволеність від занять фізичними вправами. Вивчення проблеми розвитку рухової активності студентів засобами спортивних ігор в освітньому середовищі університету показало, що для 11 % опитаних студентів достатньо часу, який виділяється на заняття з фізичного виховання на тиждень; для 23,2 % респондентів – швидше так, а ніж ні; для 38,4 % опитаних студентів – швидше ні, а ніж так; для 23,7 % опитаних студентів – недостатньо часу, який виділяється на заняття з фізичного виховання упродовж тижня та 3,7 % респондентів – не змогли відповісти (рис. 1).

Одночасно, 70,4 % опитаних студентів засвідчили, що заняття з фізичного виховання проводяться лише один раз на тиждень, 27,4 % респондентів – що мають можливість займатися на заняттях з фізичного виховання двічі на тиждень та тільки 1,7 % опитаних студентів – що заняття з фізичного виховання проводяться тричі на тиждень.

Результати опитування 309 студентів про види

**РОЛЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ВИКОРИСТАННЯ
ЗАСОБІВ СПОРТИВНИХ ІГОР НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

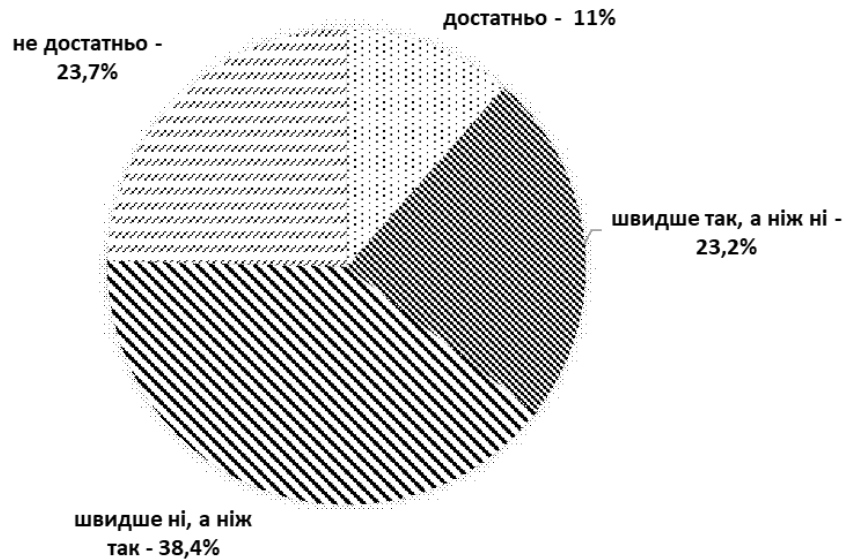


Рис. 1. Розподіл відповідей студентів, опитаних про достатність часу, який виділяється на заняття з фізичного виховання на тиждень, %

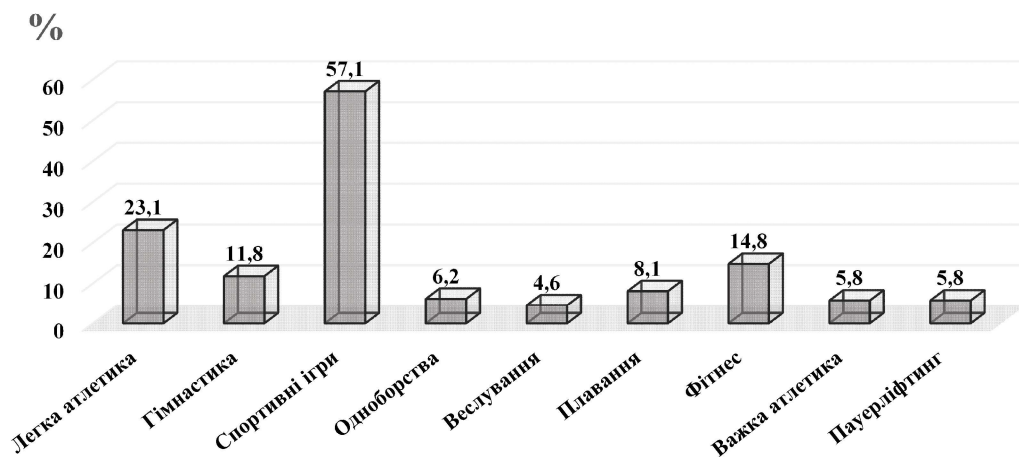


Рис. 2. Розподіл відповідей студентів, опитаних про види рухової діяльності, які забезпечують високий емоційний фон під час занять фізичним вихованням, %

рухової діяльності, які забезпечують високий емоційний фон під час занять фізичним вихованням засвідчують, що найбільш позитивні емоції отримують студенти, які займаються спортивними іграми, їх кількість становить 57,1 %. Значно менший відсоток студентів, які отримують позитивні емоції, займаючись на заняттях з фізичного виховання фітнесом (14,8 %), гімнастикою (11,8 %), плаванням (8,1 %). Найменша кількість студентів, які отримують позитивні емоції від занять одноборством (6,2 %),

важкою атлетикою (5,8 %), пауерліфтингом (5,8 %), веслуванням (4,6 %) відповідно (рис. 2). Вважаємо, що студенти, займаючись спортивними іграми на заняттях з фізичного виховання, забезпечують собі високий емоційний фон, який позитивно впливає на формування їх фізичного та психічного здоров'я.

Оскільки більше половини опитаних студентів надають перевагу спортивним іграм на заняттях з фізичного виховання, нами проаналізовано вибір різновидів спортивних ігор. Результати опитування

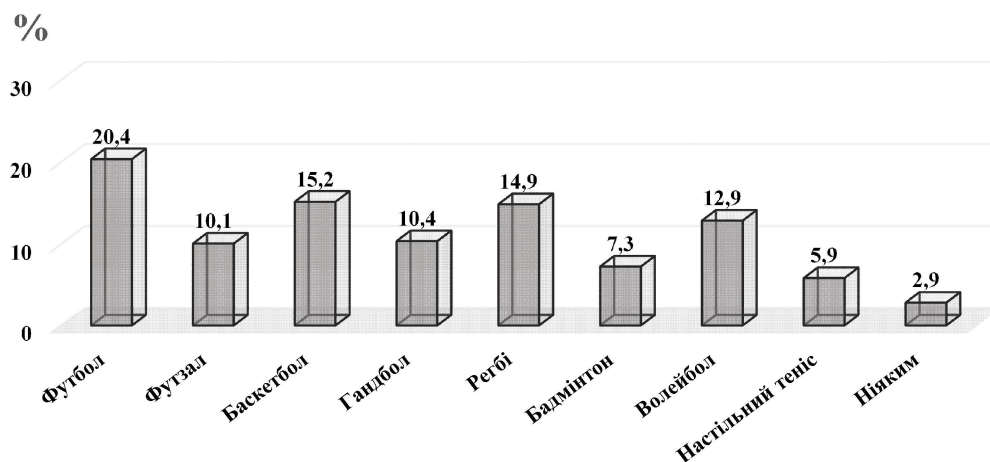


Рис. 3. Розподіл відповідей студентів, опитаних про різновиди спортивних ігор, якими вони бажають займатися у процесі занять фізичного виховання, %

свідчать, що найбільша кількість респондентів у процесі занять фізичного виховання бажають займатися футболом (20,4%), баскетболом (15,2%), регбі (14,9%), волейболом (12,9%). Деяко нижча кількість учасників опитування прагнуть займатися гандболом (10,4%), футзалом (10,1%), бадмінтоном (7,3%), настільним тенісом (5,9%), і тільки 2,9% опитаних студентів, на жаль, не бажають займатися спортивними іграми на заняттях з фізичного виховання (рис. 3).

Підкреслимо, що майже всі ігрові види спорту є бажаними для опитаних студентів закладів вищої освіти, однак можливість функціонування всіх різновидів у закладах вищої освіти є не завжди доступною.

Висновки. Проаналізовано науково-педагогічний дискурс проблеми ролі рухової активності студентів у процесі використання засобів спортивних ігор на заняттях з фізичного виховання. Вказано, що специфіка організації освітнього процесу з фізичного виховання, наповненість змістового контенту освітньої програми підготовки майбутніх фахівців сприяє використанню широкого спектра засобів фізичної культури. З'ясовано, що більше половини опитаних студентів отримують найбільш позитивні емоції від занять спортивними іграми, і значно менший відсоток тих, хто займається легкою атлетикою, фітнесом, гімнастикою, плаванням, однокорством, важкою атлетикою, пауерліфтингом, веслуванням – менше п'ятої частини опитаних студентів.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні принципів розвитку рухової

активності студентів засобами спортивних ігор на заняттях з фізичного виховання у закладах вищої освіти.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базильчук О. В., Ребрини А. А., Столітенко С. В. та ін. Спортивні ігри : навч. посіб. Хмельницький : ХНУ, 2015. 471 с.
2. Бойчук Р. І., Ковцун В. І., Короп М. Ю., Белявський І. Л. Спортивні ігри в системі професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців нафтогазової справи. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки.* 2017. Вип. 143. С. 259–262.
3. Горобей М. П., Чалий О. С., Дерябкіна Т. В. Спортивні ігри як фактор формування культури здоров'я студентів. *Спортивні ігри.* 2017. № 2. С. 8–10.
4. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів : монографія. Житомир: Вид-во Рута, 2009. 594 с.
5. Оплетин А. А. Воспитание гуманных отношений между студентами на занятиях физической культурой. *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта.* 2014. №3 (32). С. 86–92.
6. Савчук С. А., Хомич А. В. До питання про оздоровчі технології фізичного виховання студентів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* 2010. № 2. С. 38–41.
7. Стасенко О. А. Дидактико-методичні

аспекти фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 3. С. 153–157.

8. Хоменко А. О., Тимошенко В. В. Науково-методичні аспекти підвищення ефективності навчальних робочих програм з предмета “Фізичне виховання” у ВНЗ. *Духовність особистості : методологія, теорія і практика*. 2013. Вип. 2. С. 190–194.

9. Grygus I., Kuczer T. Optymalizacja sprawności fizycznej studentów z różnymi rodzajami autonomicznego układu nerwowego. *Journal of Health Sciences*. 2013. Vol. 3. № 10. S. 583–604.

10. Prusik K., Grygus I. Polepszenie poziomu fizycznego zdrowia studentów przy pomocy zaproponowanych ćwiczeń ruchowych z uwzględnieniem typu autonomicznego nerwowego systemu. *Journal of Health Sciences*. 2013. Vol. 3. № 5. S. 657–670.

REFERENCES

1. Bazylchuk O. V., Rebryny A. A., Stolitenko Ye. V. et al. (2015). *Sportywni i hry: navch. posibnyk* [Sports games: textbook]. Khmelnytskyi, 471 p. [in Ukrainian].

2. Boychuk, R. I., Kovtsun, V. I., Korop, M. Yu. & Bieliavskiy, I. L. (2017). Sportywni hry v systemi profesiyno-prikladnoyi fizychnoyi pidhotovky maybutnikh fakhivtsiv naftohazovoyi spravy [The sports games in the system of professional and applied physical training of future oil and gas specialists]. *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences*. Vol. 143. pp. 259–262. [in Ukrainian].

3. Horobey, M. P. (2017). Sportywni hry yak faktor formuvannya kultury zdorovya studentiv [Sports games as a factor in shaping the culture of student health]. *Sports games*. No. 2. pp. 8–10. [in Ukrainian].

4. Hryban, H.P. (2009). Zhyttyediyalnist ta rukhova aktyvnist studentiv [Life and physical activity of students]. Zhytomyr, 594 p. [in Ukrainian].

5. Opletin, A. A. (2014). Vospitaniye gumannykh

otnosheniy mezhdru studentami na zanyatiyakh fizicheskoy kulturoy [Education of humane relations between students in physical education classes]. *Pedagogical-psychological and medicobiological problems of culture and sports*. No.3 (32). pp. 86–92. [in Russian].

6. Savchuk, S. A. (2010). Do pytannya pro ozdorovchi tekhnolohiyi fizychnoho vykhovannya studentiv [On the question of health technologies of physical education students]. *Physical education, sports and health culture in modern society*. No. 2. pp. 38–41. [in Ukrainian].

7. Stasenko, O. A. (2012). Dydaktyko-metodychni aspekty fizychnoho vykhovannya studentiv u vyshchikh navchalnykh zakladakh [Didactic and methodological aspects of physical education of students in higher educational institutions]. *Physical education, sports and health culture in modern society*. No. 3. pp. 153–257. [in Ukrainian].

8. Khomenko, A. O. (2013). Naukovo-metodychni aspekty pidvyshchennya efektyvnosti navchlynykh robochikh prohram z predmeta “Fizychno vykhovannya” u VNZ [The scientific and methodological aspects of improving the effectiveness of educational work programs on the subject of “Physical Education” in higher education]. *Spirituality of personality: methodology, theory and practice*. Vol. 2. pp. 190–194. [in Ukrainian].

9. Grygus, I. & Kuczer, T. (2013). Optymalizacja sprawności fizycznej studentów z różnymi rodzajami autonomicznego układu nerwowego [Optimization of physical fitness of students with different types of autonomic nervous system]. *Journal of Health Sciences*. Vol. 3. No. 10. pp. 583–604. [in Polish].

10. Prusik, K. & Grygus, I. (2013). Polepszenie poziomu fizycznego zdrowia studentów przy pomocy zaproponowanych ćwiczeń ruchowych z uwzględnieniem typu autonomicznego nerwowego systemu [Improving the level of physical health of students with the help of the proposed motor exercises, taking into account the type of autonomic nervous system]. *Journal of Health Sciences*. Vol. 3. No. 5. pp. 657–670. [in Polish].

Стаття надійшла до редакції 03.02.2022



“Заняття наукою живлять юність і приносять насолоду старості, прикрашають в щасті, служать притулком і розрадою в нещасті”.

Цицерон

давньоримський політичний діяч, видатний оратор, філософ та літератор

