

некоторые пути дифференцированного подхода к физическому воспитанию младших школьников с учётом индивидуальных особенностей их нервной системы. Исследованы особенности показателей частоты сокращений сердца в состоянии динамического покоя и во время физической нагрузки небольшой мощности у мальчиков шести лет с различными уровнями свойств нервных процессов. Учёт индивидуальных показателей свойств нервных процессов позволит реализовать дифференцированный подход в нормировании физических нагрузок на уроках физической культуры и прогнозировать последствия влияния физических нагрузок на организм каждого ребенка.

Ключевые слова: свойства нервных процессов, функциональная подвижность нервных процессов, сила нервных процессов, частота сокращений сердца, младшие школьники, физическая нагрузка.

Olena Nevorova. Ways of Realisation of Differentiated Approach to Physical Training of Junior Pupils on the Basis of Individual Indicators of Properties of Nervous Processes. This article gives information about some ways of differentiated campaign to physical training of junior pupils taking into account specific features of their nervous system. The features of indexes of frequency of reductions of heart are shown in state of dynamic rest and during small physical activity for boys aged 6 with different levels of properties of nervous processes were investigated. Taking into account individual indicators of properties of nervous processes will allow to realise differentiated approach in rationing of physical activities at lessons of physical training and to predict consequences of influence of physical activities on an organism of each child.

Key words: properties of nervous processes, functional mobility of nervous processes, force of nervous processes, frequency of reductions of heart, junior schoolchildren, physical activity.

УДК 37.037

Марина Радченко

Теоретичні аспекти інтегративної технології формування фізичної культури студентів

Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Сучасна педагогічна наука на основі аналізу негативних тенденцій у зміні стану здоров'я студентів розробляє моделі здорової сучасної людини, формує прогресивні підходи технології навчання. Здоров'я населення як економічна й соціальна категорія виступає об'єктом дослідження, забезпечує необхідні умови сталого розвитку, охорону безпеки життєдіяльності, екологічної безпеки, збереження надійності та національної безпеки.

Метою формування сучасної концепції зміцнення й підтримки здоров'я населення є розробка теоретичних положень учення про здоров'я, пошуку прогресивних технологій, методів рефлексії колективної діяльності, корекції та оціночної діяльності валеологічних й екологічних факторів, біологічної та соціальної адаптації людини, які є в суспільстві й природі.

Рекреативна культура студентів – це добровільна рухова активність із використанням фізичних вправ, спрямована на покращення психофізіологічної працездатності, розвага та різнобічне вдосконалення особистості студентів у процесі професійної підготовки.

На наш погляд, структурна модель динамічного процесу формування рекреативної культури студентів технічних вузів складається з мотиваційно-ціннісного, когнітивно-процесуального, контрольо-рефлексивного компонентів навчання, а також методів і засобів, які застосовуються в динаміці цього процесу.

Визначивши компоненти дидактичного процесу формування рекреативної культури, потрібно відзначити важливість її мотивації, під якою розуміють процес, у результаті якого певна діяльність набуває для студента технічних ВНЗ особистого сенсу, створює стійкість інтересу до неї й перетворює екзогенні цілі його дій у внутрішні потреби.

Аналіз психолого-педагогічних джерел (М. Бершадський, В. Гузєєв, Т. Дмитренко, В. Євдокимов, І. Ісаєв, М. Кларін, О. Пехота та ін.) [1; 2; 3; 4; 5] доводить, що поняття “педагогічна технологія” (від грецького *techné* – мистецтво, майстерність, уміння, ремесло і *logos* – учення) почало засто-

совуватися ще на початку 60-х років минулого століття. У сучасній педагогіці у зв'язку з пошуками та розробками наукових підходів до організації ефективного навчального процесу педагогічна технологія набуває більш широкого використання.

Серед сучасних педагогічних технологій особливе місце займає розроблена І. Брехманом, В. Колбановим, З. Цукановим інтегративна технологія формування здорового способу життя молодшої людини, яка забезпечує оптимальне поєднання навчальної та повсякденної життєдіяльності, завданням якої є набуття студентами інтегративних знань, умінь і якостей формування здорового способу життя.

На наш погляд, інтегративною технологією реалізації моделі рекреативної культури студентів є динамічний, безперервний, педагогічний процес поступового вдосконалення вмінь і якостей фізичної культури з одночасним нарощуванням інтегративних знань оздоровчої та психолого-педагогічної спрямованості, що сприяють посиленню мотивації студентів до здорового способу життя.

Завдання дослідження – проаналізувати теоретичні аспекти інтегративної технології формування фізичної культури студентів.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. На підставі аналізу наукової та навчально-методичної літератури, а також з урахуванням сучасних вимог до системи фізичного виховання студентів у системі професійної підготовки розроблено модель інтегративної технології формування рекреативної культури для студентів вищих навчальних закладів.

Ця інтегративна технологія передбачає:

- надання інтегрованих знань науково біологічних і практичних основ фізичної культури й здорового способу життя;
- формування мотиваційно-ціннісного ставлення до свого здоров'я як цінності;
- надання установки на здоровий спосіб життя та залучення до нього студентів у процесі професійної підготовки, а також методи й засоби її реалізації, а саме: самостійні заняття, тренування, саморозвиток, самоконтроль, самодіагностика;
- оволодіння системою практичних, інтегративних знань, умінь рекреативної спрямованості, які забезпечують збереження здоров'я студента.

При розробці інтегративної технології формування рекреативної культури для студентів ми використовували:

- діагностику рівня індивідуального здоров'я студентів з урахуванням антропометричних особливостей особистості;
- формування індивідуальних потреб особистості й професійного становлення на основі інтегративних знань різних дисциплін, власних можливостей і особливостей соматичного, психічного, інтелектуального, духовного і соціального здоров'я;
- вибір оптимальних і сучасних методів, форм та засобів рекреативної діяльності студентів з урахуванням віку, статі, психотипу, регіону, екологічного середовища;
- організацію системи рекреативних заходів зміцнення й підтримання здоров'я і створення комфортних умов для їх здійснення;
- навчання методів самодіагностики, самооцінки, самоконтролю й самокорекції психосоматичного стану організму студента на всіх етапах життя.

Отже, теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури [6; 7; 8; 9 та ін.] й практики вищих навчальних закладів дав нам змогу виділити основні етапи інтегративної технології організації формування рекреативної культури студентів:

- організаційно-мотиваційний,
- змістовно-процесуальний,
- аналітико-результативний.

Поетапне формування рекреативної культури студентів у процесі навчання у вищому навчальному закладі можна представити таким чином:

На організаційно-мотиваційному етапі передбачено:

- формування позитивного ставлення студентів до реалізації рекреативної діяльності;
- комплексне обстеження стану здоров'я студентів 1-го курсу;
- формування індивідуальних потреб особистості й професійного становлення на основі знань, власних можливостей та особливостей соматичного, психічного, інтелектуального, духовного й соціального здоров'я та розвиток спонукальних позитивних мотивів до рекреативної діяльності;
- чітку структурування навчального матеріалу;

- завершення лекцій та окремих їх складових частин висновками, оцінками, рекомендаціями для майбутньої професійної діяльності студентів;
- уміння самостійно вести “щоденник оцінки моніторингу стану здоров’я” студентів;
- уміння самостійно працювати з науково-методичною літературою.

Другим етапом інтегративної технології був змістовно-процесуальний, який передбачав таке:

- актуалізацію професійних знань та особистісного досвіду студентів, поповнення й набуття нових інтегративних рекреативних знань і вмінь, нового рекреативного досвіду;
- використання знань у практичній діяльності через рішення системи педагогічних завдань із застосуванням сукупності рекреативних умінь;
- варіативне індивідуальне та групове моделювання, розігрування педагогічних ситуацій, яке вимагало залучення сукупності рекреативних умінь і якостей особистості;
- написання рефератів.

Для розв’язання поставлених завдань проводилася робота із залученням раніше вивченого студентами навчального матеріалу дисциплін оздоровчої (фізичне виховання, валеологія, безпека життєдіяльності, екологія) і психолого-педагогічної (педагогіка, психологія) спрямованості з використанням усіх форм та методів їх упровадження.

Наступним етапом реалізації інтегративної технології формування рекреативної культури студентів був аналітико-результативний, який передбачав:

- контроль і самоконтроль за ходом рекреативної діяльності студентів;
- своєчасну корекцію й самокорекцію організації самостійних занять рекреацією;
- унесення змін у методи, форми та засоби рекреативної діяльності;
- оцінювання й самооцінку досягнутих результатів;
- проектування навчальних завдань з урахуванням певних недоліків.

Контроль за підготовкою студентів надавав викладачеві не тільки необхідну інформацію про засвоєння програмного матеріалу рекреативної спрямованості, а й додаткову про формування вмінь і якостей, що дасть змогу своєчасно коректувати зміст і методичні напрями підготовки студентів. З іншого боку, студенти повинні сприймати контроль як засіб виправлення недоліків. Це забезпечуватиме подальшу заплановану й систематичну професійно-педагогічну підготовку.

Аналітико-результативний етап здійснювався протягом усього навчання студентів у вищих навчальних закладах. Для досягнення поставленої мети він передбачав корекцію організації професійної підготовки студентів, її змісту, етапи, вибір методів, а також своєчасне усунення труднощів, попередження можливих помилок, які виникали в процесі навчання.

Цей етап дав змогу викладачеві виявити готовність студентів до рекреативної діяльності на основі аналізу й оцінки виконання вправ, певних завдань, якості написання рефератів, проведення занять самостійно. Для того, щоб процес контролю відбувався успішно, студентів ознайомили з критеріями ефективності в цьому напрямі, методами контролю та самоконтролю, які сприяли усвідомленню й оцінюванню власних дій, поведінки, умінь і якостей.

Висновки. Рекреативна діяльність студентів залежить від їхнього вміння орієнтуватися в різноманітних формах проведення дозвілля, що, зі свого боку, визначає, наскільки самостійна рухова активність сприяє їх самореалізації.

Проаналізувавши психолого-педагогічну літературу, ми робимо висновок, що для формування рекреативної культури студентів ВНЗ потрібно розробляти інтегративну технологію її формування.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на реалізацію інтегративної технології і на формування рекреативної культури студентів.

Список використаної літератури

1. Бершадский М. Е. Дидактические и психологические основания образовательной технологии / М. Е. Бершадский, В. В. Гузеев. – М. : Центр ”Педагогический поиск“, 2003. – 256 с.
2. Дмитренко Т. А. Обучение как процесс управления (дидактические основы) : конспект лекций / Дмитренко Т. А. – Харьков : УЗПИ, 1993. – 64 с.
3. Исаев И. Ф. Теория и практика формирования профессионально- педагогической культуры преподавателя вуза : учебник / Исаев И. Ф. – М. : Эйдос, 1993. – 218 с.
4. Кларин М. В. Педагогическая технология в учебном процессе : метод. пособие для учителя / Кларин М. В. – М. : Просвещение, 1989. – 168 с.
5. Освітні технології : навч.-метод посіб. / [О. М. Пехота, А. З. Кіхтенко, О. М. Любарська та ін.] ; за заг. ред. О. М. Пехоти. – К. : А.С.К., 2002. – 255 с.

6. Прокопенко І. Ф. Педагогічні технології : навч. посіб. / І. Ф. Прокопенко, В. І. Євдокимов. – Х. : Колегіум, 2005. – 224 с.
7. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Селевко Г. К. – М. : Нар. образование, 1998. – 256 с.
8. Абдуллина О. А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования / Абдуллина О. А. – М. : Просвещение, 1990. – 141 с.
9. Самоукина Н. В. Психология и педагогика профессиональной деятельности : учебник / Самоукина Н. В. – М. : ЭКМОС, 1999. – 351 с.

Анотації

Показано значення рекреативної культури в моделі сучасного здорової людини. Розглянуто теоретичні аспекти інтегративної технології, спрямовані на формування рекреативної культури студентів вищих навчальних закладів. Представлено й проаналізовано етапи її практичного впровадження та реалізації в побуті студентами в позанавчальний час. Рекреативна діяльність студентів залежить від їхнього вміння орієнтуватися в різноманітних формах проведення дозвілля. Показано взаємозв'язок самостійної рухової активності із самореалізацією особистості студентів.

Ключові слова: рекреативна культура, інтегративна технологія, студенти вищих навчальних закладів.

Марина Радченко. Теоретические аспекты интегративной технологии формирования физической культуры студентов. Показано значение рекреативной культуры в модели современного здорового человека. Рассматриваются теоретические аспекты интегративной технологии, направленной на формирование рекреативной культуры студентов высших учебных заведений. Представлены и проанализированы этапы ее практического внедрения и реализации в быту студентами во внеучебное время. Рекреативная деятельность студентов зависит от их умения ориентироваться в разнообразных формах проведения досуга. Показана взаимосвязь самостоятельной двигательной активности с самореализацией личности студентов.

Ключевые слова: рекреативная культура, интегративная технология, студенты высших учебных заведений.

Maryna Radchenko. Theoretical aspects of Integrative Technology of Formation of Physical Culture Among Students. It is shown the importance of recreational culture model of a modern healthy person. The theoretical aspects of integrative technologies aimed at forming recreational culture of students in higher education. We have presented and analyzed the stages of its practical application and implementation of domestic students during school hours. Recreational activities of students depend on their ability to navigate various forms of entertainment. Interrelation of independent physical activity with self-realization of a student's personality is also shown.

Key words: recreational culture, integrative technology, students of higher educational institutions.

УДК 373.016: 796

Тетяна Ротерс

Методологічні засади фізичного виховання школярів

Луганський національний університет (м. Луганськ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Сучасна парадигма освіти спрямовує фізичне виховання в русло формування основних компетентностей та системи цінностей, що знайшло відображення в законах України “Про освіту”, “Національній доктрині розвитку освіти України”, Концепції педагогічної освіти. Як відомо, освіта ХХІ ст. – це освіта для людини. Її стрижень – розвивальна, культуротворча домінанта, виховання відповідальної особистості, здатної до самоосвіти й саморозвитку, яка вміє критично мислити, опрацьовувати різноманітну інформацію, а також використовувати набуті знання та вміння для творчого розв'язання проблем.

Аналіз останніх досліджень і публікацій (М. Лук'янова, О. Овчарук, А. Хуторський та інші) [1] засвідчив, що сьогодні методологічною основою навчання і виховання школярів виступає впровадження компетентнісного та аксіологічного підходів до шкільної освіти. Компетентнісний підхід посилює практичну значущість фізичного виховання, надає можливості передбачати результати навчання, якими може скористатися учень після її закінчення. Ключова ідея цього підходу полягає в тому, що для забезпечення якісних освітніх результатів на „виході” весь матеріал, який вивчається,