

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

**у контексті державної
програми розвитку фізичної культури в Україні:
досвід, проблеми, перспективи**

Присвячується 10-річчю факультету фізичного виховання і спорту



Житомир, 2014

Сірик А. Є., Сергієнко В. М. Фізкультурно-спортивна діяльність вищого навчального закладу	149
Твердохліб Ж. О. Формування професійних навиків у майбутніх педагогів у процесі застосування методики колового тренування на заняттях з фізичного виховання	152
Томашевський І. Я., Гринчук О. М. Технічна підготовка волейболісток у вищих навчальних закладах	155
Ушаков В. С., Проценко А. А. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичного виховання в вищих навчальних закладах	157
Філіппов М. М. Формування освітнього процесу в вузівському фізичному вихованні	160
Шаверський В. К., Саранча М. П. Оцінка фізичної підготовки студентів-волейболістів різних ігрових амплуа	163
Шепеленко Т. В., Лучко О. Р. Основні критерії відбору у групи спортивного удосконалення зі спортивної аеробіки та черліденгу в УкрДАЗТ	166
Яворська Т. Є. Науково-дослідна діяльність як базова основа інтелектуального самовдосконалення майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту	169
Яковліва О. П., Яковлів В. Л. Роль спілкування у розвитку особистості майбутнього вчителя фізичної культури	171

НАПРЯМ III. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Дмитренко С. М., Асаулюк І. О., Романенко О. І. Зміни в показниках швидкісно-силових здібностей учнів середнього шкільного віку під впливом педагогічної технології	175
Жуковський Є. І., Шищук Л. М. Виховання морально-вольових якостей – одна з педагогічних умов ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності школярів	177
Иваненко В. В. Психологічна підготовка в волейболе	179
Коробейников Г. В. Індивідуально-типологічні властивості психофізіологічних функцій у елітних спортсменів різної статі	183
Омельченко Т. Г. Оволодіння навичками та вміннями емоційної саморегуляції як необхідна складова підготовки фахівця у сфері фізичного виховання та спорту	186

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Сірик А. Є., Сергієнко В. М.

Сумський державний університет

Постановка проблеми. У сучасних умовах розвитку суспільства виникла гостра потреба переходу від змісту та організації системи фізичного виховання, що традиційно склалися у вищих навчальних закладах, до інноваційних спортивних технологій, які ефективно вирішуватимуть завдання збереження й зміцнення здоров'я підростаючого покоління. На сьогодні рівень здоров'я студентської молоді викликає тривогу; кількість студентів, які мають відхилення у стані здоров'я і фізичного розвитку, збільшується із року в рік. Зростання захворюваності студентів пов'язане не лише з інформаційними та емоційними перевантаженнями, з якими вони стикаються у процесі щоденного навчання, але й із соціально-економічними, екологічними проблемами, дефіцитом рухової активності та відсутністю навичок здорового способу життя. Фізична культура і спорт – один із найважливіших напрямів соціальної політики, що може забезпечити реальне втілення в життя гуманістичних ідеалів, цінностей і норм, виявлення рухових здібностей у студентської молоді, задоволення її інтересів та потреб, де успіху можна досягти лише під час систематичних занять, пов'язаних із суспільно корисними цілями і завданнями цих видів діяльності.

Дослідження є складовою частиною НДР кафедри фізичного виховання і спорту Сумського державного університету за темою «Антропометрична характеристика критеріїв здоров'я студентів північно-східного регіону» (номер держреєстрації 011U0006196).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Використання різноманітних видів фізкультурної та спортивної діяльності сприяє підвищенню працездатності, збільшенню тривалості життя, профілактиці захворювань, організації повноцінного дозвілля та забезпечує оптимальні обсяги рухової активності студентської молоді [2, 4]. На цей час

ведеться активний пошук нових форм і методів підвищення якості фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Разом із тим аналіз спеціальної літератури (О. Мартинюк, 2006; С. С. Зайцев, 2010; Р. Т. Раєвський, 2011 та ін.) свідчить про те, що сучасна організація фізичного виховання у вишах недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, зміцнення здоров'я й зростання інтересу студентів до занять фізичними вправами та спортом, що викликає нагальну потребу нових науково обґрунтованих шляхів удосконалення процесу фізичного виховання [1, 3, 5, 6].

Мета дослідження – проаналізувати фізкультурно-спортивну діяльність студентської молоді у Сумському державному університеті м. Суми.

Методи, організація досліджень: ретроспективний аналіз літературних джерел, педагогічне спостереження, передовий педагогічний аналіз роботи.

Дослідження проводили зі студентами, які вступили у 2014 році до Сумського державного університету (СумДУ) та навчаються на різних факультетах: іноземної філології та соціальних комунікацій (ІФСК), технічних систем та енергоефективних технологій (ТеСЕТ), електроніки та інформаційних технологій (ЕлІТ), економіки та менеджменту (ФЕМ), юридичного факультету (ЮФ), Медичного інституту (МІ), напряму підготовки «Спорт».

Результати дослідження та їх обговорення. За міжнародним рейтингом вищих навчальних закладів QS World University Rankings Сумський державний університет уперше увійшов до TOP-700 провідних університетів світу та вже багато років відомий високими спортивними досягненнями студентів. В університеті розвивається 32 види спорту, функціонує понад 60 спортивних секцій (47 секцій – групи спортивного удосконалення та 14 абонементних груп). У секціях та абонементних групах займаються 1380 студентів (7 – заслужених майстрів спорту України, 13 – майстрів спорту міжнародного класу, більше 60 – майстрів спорту та кандидатів у майстри спорту). На зимовій Олімпіаді 2014 року магістранти-біатлоністи заслужені майстри спорту України Віта та Валя Семеренки, Юлія Джима стали переможцями в естафетній гонці, а Валя Семеренко – бронзовим призером в індивідуальній гонці. Лижник-гонщик Олександр Мукшин на Параолімпійських іграх у 2014 здобув срібну нагороду.

Щоденно із 7-ї до 22-ї години у СумДУ працюють спортивні споруди. Безпосередньо за кафедрою фізичного виховання і спорту (КФВС), спортивними клубом СумДУ закріплено 22 об'єкти, загальна площа яких становить 16242,7 м², такі як: спортивний комплекс, що вміщує ігрову залу площею 1533,5 м²; зал хореографії та спортивної аеробіки площею 395,28 м²; тренажерні зали загальною площею 83,8 м²; зал настільного тенісу площею 180 м²; кімната для шахів площею 120 м²; стрільковий тир площею 360,2 м²; футбольні майданчики, загальна площа яких становить 9152 м²; волейбольний майданчик площею 200 м²; спеціалізований спортивний майданчик площею 864 м²; плавальний басейн площею 2304 м². Водно-веслувальна база, розміщена на території 0,6 га, вміщує тренажерний зал площею 141,2 м²; веслувальний басейн площею 62,7 м²; ігрові майданчики площею 526 м². Є також лижна база в урочищі Токарі площею 70 м² та інтелектуальний клуб «Інтелект» площею 250 м².

Для організації спортивно-масових та реабілітаційних заходів у 2011 році було придбано спортивно-оздоровчу базу «Універ» із майновим комплексом, стадіоном та спортивними майданчиками загальною площею 1,9 га, а у 2013 році для фізичної реабілітації студентів і спортсменів уведено в експлуатацію санаторій-профілакторій як клінічну базу Медичного інституту СумДУ.

Масово-оздоровчі, фізкультурні та спортивні заходи, що проводяться у СумДУ, спрямовані на широке залучення студентів до регулярних занять фізичною культурою у вільний від навчання час, у вихідні й святкові дні не лише студентської молоді, й професорсько-викладацького складу різного віку. Усі ці заходи проводяться згідно з методичним забезпеченням і практичним керівництвом КФВС, спортивного клубу, а також за активної участі профкомів співробітників і студентів. Значну матеріальну підтримку в організації спортивних заходів між факультетами, навчально-тренувальній роботі у спортивних секціях надає ректорат СумДУ. За останні кілька років в університеті склалася чітка система фізичного виховання і спорту, спрямована на розвиток спортивно-масової роботи зі студентською молоддю та підготовку спортсменів для участі у змаганнях різного рівня. Знайомство з майбутніми студентами починається ще задовго до їх вступу до вишу. Викладачі фізичного виховання і тренери з видів спорту проводять активну роботу з профорієнтації школярів випускних класів щодо вступу до СумДУ, а це значно полегшує комплектування збірних команд для успішного виступу на змаганнях. Провідні спортсмени – це гордість навчального закладу, проте зусилля КФВС, спортклубу спрямовані передусім на залучення як можна більшої кількості студентів до систематичних занять доступними видами спорту.

На сучасному етапі розвитку вищої школи складною та актуальною залишається проблема залучення до навчально-виховного процесу студентів-першокурсників. Учорашні школярі потрапляють до зовсім інших умов організації навчання, це різні види навчальних занять із більшою тривалістю, ніж у школі, студентські спортивні змагання, студентське самоврядування, режим мешкання у гуртожитку та харчування тощо. Усе це приводить до додаткових перенавантажень, що негативно впливають на якість навчання у студентів перших курсів.

З метою відновлення навчального напруження для першокурсників в університеті проводиться низка важливих спортивних заходів – це традиційна спартакіада із 7 видів спорту із загальною кількістю учасників більше 1000 осіб. Найцікавіші серед них також футзальний турнір серед навчальних груп і «День здоров'я». З ініціативи КФВС, спортклубу адміністрація СумДУ затвердила проведення спартакіади першокурсників «Спортивний інтеграл – 2014», до якого входять змагання з футболу, волейболу, з підтягування на поперечині, армрестлінгу, веселих стартів. Особливістю цих змагань є участь у студентських командах викладачів відповідних факультетів.

Здобутки спортсменів СумДУ сприяли відкриттю в університеті у 2014 році нової спеціальності «Спорт». На першому курсі цієї спеціальності сьогодні навчається 29 студентів, які мають спортивні спеціалізації за різними видами спорту та спортивну кваліфікацію від першого спортивного розряду до майстра спорту України. Навчальний

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ У КОНТЕКСТІ ДЕРЖАВНОЇ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УКРАЇНІ:
ДОСВІД, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ**

план передбачає посилену підготовку майбутніх фахівців спеціальними медичними дисциплінами та методиками реабілітаційних програм із використанням матеріально-технічної бази та кадрового складу Медичного інституту, санаторію-профілакторію СумДУ. Відповідно до профілю підготовки випускник спеціальності «Спорт» буде здійснювати тренерську, викладацьку, навчально-виховну, науково-методичну, спортивну, рекреаційну та менеджерську роботу у дитячо-юнацьких спортивних школах, вищих навчальних закладах, школах вищої спортивної майстерності, центрах олімпійської підготовки, спортивних організаціях та інших структурах галузі фізичного виховання і спорту. Якщо проаналізувати загальну кількість студентів-спортсменів (162 особи), які вступили у 2014 році (табл. 1), то лідерами є спортивні секції з класичного волейболу (24 особи), легкої атлетики та стрільби з лука (по 15 осіб), боксу (12 осіб), плавання і футзалу (по 9 осіб), баскетболу (8 осіб), вільної боротьби та футболу (по 7 осіб), гандболу та рукопашного бою (по 6 осіб), настільного тенісу та фітнес-аеробіки (по 5 осіб).

Таблиця 1

Кількість студентів-спортсменів, які вступили в 2014 році

Види спорту	Факультети Сумського державного університету						Разом
	ТеСЕТ, n = 155	ЕлІТ, n = 278	ФЕМ, n = 77	ІФСК, n = 150	ЮФ, n = 82	МІ/Спорт, n = 390/29	
Баскетбол	–	4	–	–	–	4/–	8
Біатлон	1	–	–	–	–	–/2	3
Боротьба вільна	7	–	–	–	–	–/–	7
Боротьба самбо	–	–	–	–	1	1/1	3
Боротьба дзюдо	–	–	–	–	1	–/–	1
Волейбол класичний	6	8	1	–	4	1/4	24
Велоспорт	–	–	–	–	–	–/1	1
Веслування на байдарках і каное	–	2	–	–	–	2/–	4
Гандбол	2	1	–	–	–	–/3	6
Карате	1	1	–	–	–	–/1	3
Легка атлетика	3	3	–	1	3	1/4	15
Лижні перегони	1	–	–	–	–	–/2	3
Настільний теніс	–	–	–	–	–	5/–	5
Плавання	–	3	1	–	–	4/1	9
Паркур	1	–	–	–	–	–/–	1
Рукопашний бій	1	–	–	–	4	1/–	6
Спортивне орієнтування	2	–	–	–	1	–/–	3
Стрільба з лука	5	7	–	3	–	–/–	15
Туризм	–	3	–	–	–	–/–	3
Фітнес-аеробіка	–	–	2	3	–	–/–	5
Футбол	–	–	–	–	–	–/7	7
Футзал	4	4	–	–	–	1/–	9
Шахи, шашки	–	1	–	1	–	–/–	2
Фанк-аеробіка	–	2	1	–	–	–/–	3
Степ-аеробіка	–	–	–	–	–	2/–	2
Бальні танці	–	–	–	–	–	–/1	1
Бокс	–	4	1	–	3	3/1	12
Хокей на траві	–	–	–	–	–	–/1	1
Разом	34	43	6	8	17	25/29	162

До решти спортивних секцій підвищувати свою спортивну майстерність виявили бажання по 1–4 особи.

Цікавим виявилось ранжування серед факультетів СумДУ, які обрали студенти для здобуття вищої освіти та підвищення спортивної кваліфікації в обраному виді спорту. Найбільша кількість спортсменів навчається на факультеті ЕлІТ (43 особи), потім – ТеСЕТ (34 особи), з напряму підготовки «Спорт» (29 осіб), МІ (25 осіб), ЮФ (17 осіб), ІФСК (8 осіб) і ФЕМ (6 осіб). Необхідно зазначити, що активні заняття різними видами спорту на факультетах університету сприяють формуванню міцного здоров'я й гармонійному розвитку особистості, а також готовності студентів бути лідерами, взаємодіяти в команді для успішного виступу на обласних, всеукраїнських і міжнародних змаганнях.

Отже, фізкультурно-спортивна діяльність у СумДУ розглядається як один з основних напрямків упровадження фізичної культури і спорту в освітнє середовище, спрямований на зміцнення здоров'я студентської молоді з урахуванням їх інтересів, індивідуальних можливостей, рівня фізичного та психічного розвитку.

Висновки

Спортивні заходи є одним із найбільш поширених та ефективних видів організації фізкультурно-спортивної діяльності у вищому навчальному закладі. Спільна взаємодія ректорату, кафедри фізичного виховання і спорту,

спортклубу, профспілкових організацій, студентського самоврядування допомагає у вирішенні завдань, спрямованих на орієнтовану мотивацію до фізичного самовдосконалення, здорового способу життя, підвищення рівня спортивної майстерності студентів, поширення масовості фізичної культури та спорту.

Перспективи подальших досліджень передбачають визначення впливу засобів фізичної культури та спорту на фізичний розвиток і рухову підготовленість студентів різних факультетів СумДУ.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бріжатий О. В. Олімпійський вектор-2013 Сумського державного університету : наук.-попул. вид. / О. В. Бріжатий, В. М. Сергієнко, Ю. Б. Токарев. – Суми : Сум. держ. ун-т, 2014. – 57 с.
2. Гоєнко М. І. Спортивна та фізкультурно-оздоровча робота в юридичному вищому навчальному закладі / І. М. Гоєнко, О. Е. Коломійцева, Н. М. Баламутова // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 1. – С. 17–21.
3. Илюхина А. А. Новые формы и методы организации физкультурно-спортивной жизни студентов / А. А. Илюхина // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2010. – № 1. – С. 7–9.
4. Клибанівський Я. Мотивація студентів до занять фізичною культурою та спортом у ВЗО / Я. Клибанівський // Актуальні проблеми розвитку для всіх: досвід, досягнення, тенденції : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м. Тернопіль, 25–27 жовтня 2012 р. – Тернопіль, 2012. – С. 269–272.
5. Темченко В. А. Секционная форма организации физического воспитания студентов / В. А. Темченко, Р. Р. Сиренко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 3. – С. 99–104.
6. Цюс А. Підготовка студентів до самостійних занять фізичними вправами / А. Цюс, Т. Овчаренко // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ : ДДІФКС, 2006. – № 1. – С. 51–56.

АНОТАЦІЇ

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Сірик А. Є., Сергієнко В. М.

Сумський державний університет

Розглянуто організацію фізкультурно-спортивної діяльності в Сумському державному університеті, спрямовану на формування здорового способу життя студентів, мотивації до занять різними видами спорту. Визначено, що належне матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу у спортивних секціях дає можливість залучати більшу кількість студентів різних спеціальностей для підвищення спортивної майстерності.

Ключові слова: студенти, спорт, фізичне виховання, здоров'я, змагання.

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Серик А. Е., Сергиенко В. Н.

Сумский государственный университет

Рассмотрена организация физкультурно-спортивной деятельности в Сумском государственном университете, направленная на формирование здорового образа жизни студентов, мотивации к занятиям разными видами спорта. Определено, что надлежащее материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса в спортивных секциях дает возможность привлекать большее количество студентов разных специальностей для повышения спортивного мастерства.

Ключевые слова: студенты, спорт, физическое воспитание, здоровье, соревнование.

SPORT ACTIVITY OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

Serik A., Sergienko V.

Sumy State University

In this article is examined the organization of sport activity at the Sumy State University, which is directed on formation of a healthy lifestyle of students, motivations to different types of sport activity. It is defined that appropriate material support of educational and training process in sports sections gives the chance to attract more students of different specialties to increase of sports skill.

Keywords: students, sport, physical training, health, competition.