

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК НАУКОВА ТА НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Грибан Г.П.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Актуальність теми дослідження. Теорія і методика навчання фізичної культури – це система наукових знань з галузі фізичної культури і спорту, яка формує цілісне уявлення про закономірності функціонування фізичної культури, ціле-спрямованого використання її засобів для всебічного гармонійного розвитку людини. Теорія і методика навчання фізичної культури відноситься до педагогічних наук, так як вона пов'язана з процесами освіти, навчання і виховання різних верств населення. При цьому, слід зазначити, на відміну від інших педагогічних наук, вона розглядає взаємозв'язок і взаємовплив загальної та фізичної культури, розкриває закономірності управління фізичним розвитком людини та її вихованням і освітою в фізкультурно-оздоровчій та спортивній діяльності.

Мета дослідження полягає у розкритті змісту та сутності теорії і методики навчання фізичної культури як наукової та навчальної дисципліни здобувачів третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти – доктор філософії.

Результати досліджень. Виникнення і розвиток теорії і методики навчання фізичної культури опирається на практику і досвід суспільного життя людини. Потреба суспільства в добре фізично підготовлених людях викликала прагнення пізнати закономірності фізичного розвитку і фізичної підготовленості людини, на основі цього створити систему управління її фізичною досконалістю. На перших порах розвитку людського суспільства всі ці питання вирішувалися інтуїтивно, стихійно, або тільки на основі прямої передачі та освоєння досвіду попередніх поколінь. З розвитком суспільства, підвищення

вимог до фізичної підготовленості людей, з'являються передумови до розвитку і формування теорії фізичної культури.

У другій половині XIX ст. П.Ф. Лесгафт розробив теорію фізичної освіти. Ця теорія була спрямована на формування знань, умінь, навичок рухової активності людини [2]. Також були розроблені принципи, методи і форми використання фізичних вправ для фізичного та інтелектуального розвитку людини. При цьому практика фізичного виховання розкрила цілий ряд питань життєздатності людини, яка в значній мірі опирається на рівень рухової активності, що породило оригінальні ідеї вивчення проблем, які спонукали теорію і методику навчання фізичної культури до розробки нових положень, пов'язаних з активізацією рухової активності, планомірним застосування різних засобів рухової активності та створення певних методик їх використання.

Розвитку теорії і методики навчання фізичної культури посприяли також прогресивні ідеї відомих педагогів, лікарів, філософів, які пропонували суспільству зміст і шляхи виховання гармонійно розвиненої особистості, переваги суспільства з гармонійно і фізично розвиненими членами суспільства в різних епохах і країнах.

В сучасній Україні активізували розвиток теорії і методики навчання фізичної культури постанови Верховної ради та уряду України про стан і шляхи вдосконалення фізичної культури і спорту в країні, а також результати досліджень провідних вчених як в області теорії і практики фізичної культури, так і в суміжних дисциплінах [4].

У 1970–1980 рр. в країні активно розроблялися різні питання теорії фізичної культури різних верств населення. Виникла навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичної культури», яка стала головною, профільною дисципліною середніх і вищих навчальних закладів. У навчальні плани, в той час, інститутів фізичної культури цей предмет введений в 1979 році. Саме ця навчальна дисципліна визначала фундаментальність вищої фізкультурної освіти фахівця, педагогічну спрямованість

його діяльності та професійну компетентність. Такі знання були необхідні для тренерів, вчителів, інструкторів та всіх хто займався фізичною культурою і спортом, а особливо для створення передумов для професійного зростання майбутніх фахівців галузі фізичної культури і спорту [1, 3].

Теорія і методика навчання фізичної культури дозволяє здобувачам – майбутнім докторам філософії зрозуміти сутність фізичної культури як соціального, педагогічного явища на сучасному етапі розвитку освіти, інтеграції її в європейський освітній простір, позбавивитися надуманих, необґрунтованих комуністичних трактовок, усвідомити взаємні зв'язки і впливи загальної культури людства та культури фізичної. Ця навчальна дисципліна дозволяє повністю розкрити структуру і функції (способи діяльності людини) у сфері фізичної культури.

Навчальна дисципліна теорія і методика навчання фізичної культури пов'язана з педагогікою, психологією, соціологією, філософією, анатомією, фізіологією, біохімією, гігієною, екологією, біомеханікою, лікарським контролем тощо. Як наука, вона досліджує зміст, структуру, функції фізичної культури, її принципи, цілі, завдання і засоби, розробляє понятійний апарат, а також вивчає цілі, завдання, методи і зміст окремих видів фізичної культури та навчає здобувачів оволодінню знаннями, уміннями і навиками передачі їх іншим, використання в освітньому процесі в закладах освіти. Під час навчання здобувачі розкривають складні взаємозв'язки фізичної культури з іншими сферами діяльності суспільства та трудовим, естетичним, моральним і інтелектуальним вихованням.

Окрім того, теорія і методика навчання фізичної культури дозволяє здобувачеві без проб і помилок, вчитися професії, використовуючи не тільки свій, а й досвід вчених, практиків та колег по професії та використовувати практичний досвід, представлений у науковій, навчальній, методичній літературі, в пресі, на телебаченні. Саме ця навчальна дисципліна озброює здобувача професійною грамотністю, компетентністю, освіченістю в сфері фізичної культури і майбутній професійній

діяльності за обраним фахом. Теорія і методика розкриває практично всі сторони і способи вдосконалення людини, створює необхідні передумови для професійного зростання фахівця в галузі фізичної культури. В той же час методика навчання окремої навчальної дисципліни є галузь педагогічної науки, що являє собою окрему теорію навчання, тобто приватну дидактику. Методику навчання окремого предмета слід розглядати як спосіб організації практичної та теоретичної діяльності учасників навчання, зумовлений закономірностями та особливостями змісту навчального предмета.

Завдання методики навчання фізичної культури є:

- вивчення явищ процесу навчання дисципліни «фізична культура» та розкриття її закономірних зв'язків;
- на основі виявлених закономірностей установа нормативних вимог до навчальної діяльності викладача та пізнавальної діяльності здобувача.

Зміст методики навчання фізичної культури складає:

- виявлення пізнавального значення фізичної культури та її місця в системі освіти і професійної підготовки фахівця;
- визначення завдань фізичної культури як навчальної дисципліни та її змісту;
- визначення та застосування відповідних методів, методичних засобів, форм організації навчання для опанування змістом навчального предмета.

Методика навчання фізичної культури обумовлена особливостями та специфікою набуття знань, умінь і навичок окремого предмета, який має свої категорії, що визначаються на основі загально визнаних педагогічних понять. До них належать: закономірності навчання фізичної культури, принципи навчання, методи навчання, форми організації навчання, викладання, знання, уміння, навички.

Закономірності навчання фізичної культури як окремої навчальної дисципліни:

- залежність основної мети та завдань навчання від рівня, потреб і можливостей суспільства, рівня розвитку педагогічної науки і практики;

- залежність результативності навчання від особистісних мотивів та соціально-економічних умов;
- залежність рівня продуктивності навчання від матеріально-технічного та методичного забезпечення освітнього процесу, засобів, методів навчання та форм його організації;
- обумовленість результативності навчання інтенсивністю зворотних зв'язків з врахування результатів попередніх етапів навчання.

Теорія і методика навчання фізичної культури свій розвиток починала з накопичення фактичного матеріалу, опису і класифікації явищ з фізичної культури. Прикладом пройденого шляху є теорія і методика фізичної культури. На *першому етапі* були отримані емпіричні знання про вплив рухових дій на організм людини, що спонукало до виникнення фізичних вправ і створення системи фізичної культури. Для *другого етапу* характерним є створення перших методик з фізичної культури, в періоди древніх рабовласницьких держав і середніх віків. Створення методик відбувалося на підставі досвіду, накопиченого педагогами, лікарями, філософами, але без урахування фізіологічного впливу фізичних вправ на організм людини.

Початок *третього етапу* зумовив розвиток приватних методик навчання рухових умінь, зокрема гімнастичним, легкої атлетики, рухливих ігор та інших вправ, які мали загальні закономірності формування рухових навичок, розвиток фізичних якостей. Таким чином, здійснилася інтеграція наукових знань в єдину теорію і методику фізичного виховання.

Четвертий етап – створення теорії і методики фізичного виховання як самостійної наукової і навчальної дисципліни в період з кінця XIX до початку XX століття. В цей період було обґрунтовано систему фізичного виховання відповідно до фізіологічних закономірностей і вікових особливостей людини. Це сприяло формуванню педагогічних принципів послідовності, поступовості, гармонійності фізичного розвитку.

П'ятий етап інтенсивного розвитку фізичної культури як науки про фізичне виховання почався в Україні в 30-ті роки XX

століття. Цей етап характеризується вивченням біологічних особливостей рухової активності, педагогічних принципів їх використання. У 1925 р. теоретики фізичної культури виділили три визначальні ознаки фізичної культурної людини: її фізичне, психічне, соціальне здоров'я, в 1975 р. Всесвітня організація охорони здоров'я визначила здоров'я як «стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність фізичних дефектів». В цей період на формування загальної теорії фізичної культури внесли: соціологія, антропологія, соціальна психологія, теорія виховання тощо.

Зсув пріоритетів державної політики в сторону особистісних потреб в 90-і рр. ХХ століття зумовило початок *шостого етапу* розвитку фізичної культури., спрямованої на попит населення до рекреаційних розваг та оздоровлення з використанням нових видів рухової активності.

Висновки. Сьогодні теорія і методика навчання фізичної культури – цілком сформована самостійна наукова дисципліна. За своїм основним змістом вона відноситься до громадських гуманітарних наук, оскільки її цікавить людина і соціальні чинники її спрямованого розвитку і виховання. Разом з тим теорія і методика навчання фізичної культури вирішує проблеми, що знаходяться на стику декількох наукових дисциплін. Вона тісно пов'язана із загальною педагогікою, загальною та віковою психологією. Філософія дає їй методологічну основу пізнання, а біологічні науки знання про реакції організму на вплив засобів фізичного культури.

Список літературних джерел

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання : підручн. 3-ге вид. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О.А., 2014. 368 с.
2. Вербицький В.А., Бондаренко І.Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні : навч. посіб. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.
3. Лазаренко М.Г. Фізичне виховання: навч.-метод. посіб. Чернівці : НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 88 с.

4. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. К. : Держкомспорт. 2014. 16 с.

