

УДК 796.172.6:351.746.1

## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В СИСТЕМІ ВИЩОЇ ОСВІТИ ПОЛЬЩІ

Кошура А.В.

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

В статті розглянути особливості розвитку системи фізичного виховання в вищих навчальних закладах Польщі за останні 30 років. Розкрито зміст сучасної системи фізичного виховання в вищих навчальних закладах Польщі. Проаналізована мета, завдання, функції, форми і методи проведення фізичного виховання. Встановлені принципи та умови функціонування системи фізичного виховання в вищих навчальних закладах Польщі.

**Ключові слова:** система фізичного виховання, вищі навчальні заклади Польщі, мета, завдання, функції, форми, принципи, умови.

**Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями.** За останні десятиріччя в Україні були сформовані концептуальні положення фізичного виховання в системі вищої освіти, розроблені нормативно-правові, наукові, організаційні, програмово-методичні засади. Але поряд із тим слід відзначити, що чинна система фізичного виховання студентської молоді не в змозі повною мірою вирішити завдання щодо забезпечення належного рівня здоров'я, фізичної підготовленості молоді, формування фізичної культури особистості, а більшість її концептуальних засад не відповідають реаліям сьогодення і не враховують тенденції суспільних змін.

Одним із пріоритетних шляхів вирішення усього комплексу назрілих проблем є дослідження, систематизація, узагальнення та імплементація в практику фізичного виховання вищої школи передового педагогічного світового досвіду, і в першу чергу країн, які близькі Україні за етнічними, суспільно-економічними процесами. Беззаперечною перевагою такого підходу є те, що впроваджені новачки не потребували б докорінної переробки з метою їх адаптації до сучасних реалій України.

**Аналіз наукових джерел.** Проблеми удосконалення системи фізичного виховання молоді у вищих навчальних закладах розглядалися у наукових працях низки вітчизняних вчених, а саме А.В. Цюсю, С.Н. Приступи, Б.М. Шияна, М.М. Линця, М.С. Солопчука, С.М. Сингаєвського, В.Г. Ареф'єва, А.Д. Дубогай, М.Д. Зубалія, Т.Ю. Круцевич, А.С. Куца, Р.Т. Раєвського, Т.А. Базилюк, М.І. Воробйова, О.В. Горбенко, С.С. Єрмакова, Т.М. Курчаби, В.В. Левицького, В.В. Мартиненко, А.П. Конох, І.А. Лисенко, К.М. Огністої, М.М. Приймака, В.Г. Савченко, Л.П. Суценок та ін.

Проведений аналіз науково-педагогічної, методичної літератури засвідчив те, що на теперішній час майже відсутні комплексні наукові праці, які були б присвячені дослідженню системно-організаційних, теоретико-методологічних та нормативно-правових аспектів фізичного виховання молоді в системі вищої освіти Польщі.

**Мета статті** – вивчити нормативно-правові основи існування системи фізичного виховання в вищих навчальних закладах Польщі. Визначити мету, завдання, функції, принципи та умови успішного функціонування системи фізичного виховання в вищих навчальних закладах Польщі.

Законом «Про фізичну культуру» від 18.01.1996 р. встановлюється, що «Фізична культура є частиною національної культури, захищеної законом. Громадяни, незалежно від віку, статі, віросповідання, раси, а також ступню і типу інвалідності – використовують рівні права відповідно до різних форм фізичної культури» [1].

Фізичне виховання являє собою соціально обумовлений, педагогічно організований процес оволодіння цінностями фізичної культури. Соціальна обумовленість фізичного виховання полягає в тому, що крім розвитку самої людини досягається соціально значима мета, яка впливає на розвиток суспільства в цілому. Така соціальна організація перетворюється у систему, в якій є мета діяльності, структурні елементи, визначені функції діяльності кожного структурного елемента, з'ясовані взаємозв'язки з іншими соціальними організаціями суспільства.

В кожній державі існує своя система фізичного виховання, рівень розвитку якої обумовлений рівнем матеріальної і духовної культури суспільства. Система фізичного виховання тісно пов'язана з системами освіти, охорони здоров'я, оборони, матеріального виробництва, культури, науки і розвивається під впливом змін, що відбуваються в суспільстві.

Аналіз науково-педагогічної літератури, спеціальної літератури з сфери фізичного виховання, наукових публікацій свідчить, що у польських науковців відсутнє чітко визначене поняття «система фізичного виховання». Водночас, достатньо широко розкриваються основи функціонування фізичного виховання (правові, організаційні, економічні, соціальні, науково-педагогічні, програмно-нормативні), завдання фізичного виховання (освітні, оздоровчі, виховні), визначені напрямки діяльності (загальне фізичне виховання, спорт, професійна фізична підготовка, рекреація, реабілітація), функції фізичного виховання (соціальна, пізнавальна, оздоровчо-гігієнічна, соматична, естетична, дидактична, унітарна, творча). В своїх працях польські науковці встановлюють закономірності фізичного розвитку людини, взаємозв'язки між рівнем здоров'я та фізичною активністю, визначають вплив суспільства, викладачів, тренерів на фізичний розвиток особистості, розкривають передові методики навчання тощо [2; 3; 4]. Разом з тим, слід зазначити, що польські науковці не розглядають цю проблему в комплексному підході, а саме як існування «системи» фізичного

виховання. Вивчення робіт польських науковців з історії, педагогіки, теорії і методики фізичного виховання про взаємозв'язки між історичним розвитком і сучасними поглядами на фізичне виховання, вибору засобів, методів та форм навчання, науковому обґрунтуванню впливу фізичного виховання на всебічний розвиток людини, дозволяє стверджувати, що під системою *фізичного виховання Польщі розуміється історично обумовлений процес виховання людини, якій включає в себе структурні елементи соціального і педагогічного впливу на гармонійний розвиток особистості засобами фізичного виховання.*

За останні 30 років Польща пройшла три етапи розвитку системи фізичного виховання, які мають свої характерні риси.

*I-й етап (80-е роки ХХ століття – 1991 рік)* характеризується чіткою орієнтацією Польської системи фізичного виховання на систему фізичного виховання в Радянському Союзі. Характерними рисами системи фізичного виховання в даний період являється те, що вона спрямована головним чином на підготовку людини до майбутньої трудової діяльності і захисту батьківщини. Існує чітка нормативна база оцінювання фізичної підготовленості населення Польщі. Вся педагогічно-виховна діяльність фахівців фізичного виховання і спорту в середніх і вищих навчальних закладах спрямована на підготовку молоді до виконання вимог фізичної підготовленості відповідно до вікових показників. Наукова діяльність фахівців фізичної культури головним чином присвячується визначенню фізичних можливостей людини, вивченню реакції організму щодо виконання фізичних вправ різної інтенсивності та навантаження; аналізу фізіологічних і психологічних механізмів, що відбуваються під час фізичних навантажень; встановлення фізіологічних, гігієнічних, анатомічних, біомеханічних основ тренування в різних видах спорту. Проблеми збереження здоров'я, важливості фізичної рекреації, профілактичного значення занять фізичною культурою розглядалися польськими науковцями, але в цей період не мали домінуючого значення в сфері наукових досліджень. Питання фізичного виховання осіб з відхиленням розумового та фізичного розвитку майже не розглядалися.

*II-й етап (1991-2004 роки)* характеризується відходом орієнтирів в підготовці молоді в Польській системі фізичного виховання від систему фізичного виховання в Радянському Союзі. Особливістю фізичного виховання в даний період являється те, що воно спрямована головним чином на всебічний розвиток людини. Законом «Про вищу освіту» від 12.09.90 р. вищим навчальним закладам надаються великі права і можливості в виборі засобів, форм і методів фізичного виховання. Водночас правова база розвитку фізичної культури відповідно до нових вимог ще не сформована. Не має чітко визначеної мети фізичного виховання. Відбувається пошук шляхів розвитку національної системи фізичного виховання. Лише в другій половині 90-х років з'являється чітке розуміння розвитку польської системи освіти в сторону зближення до європейських стандартів навчання. В свою чергу це відповідно змінює вектор розвитку системи фізичного виховання. Педагогічна діяльність фахівців фізичного виховання і спорту

в вищих навчальних закладах перебудовується до вимог «Болонського процесу». Наукові праці присвячується вивченню ролі рухової активності дітей, підлітків, молоді та дорослого населення на фізичний розвиток і фізичний стан організму; вивчення рекреаційного, профілактичного, терапевтичного впливу фізичних вправ; пошуку механізмів адаптації до фізичних навантажень. Домінуючі позиції займають питання збереження здоров'я під час занять фізичними вправами, покращення самовідчуття, компенсації рухової активності (особливо з появою і розповсюдженням комп'ютерних технологій). Вивчаються питання залучення осіб з відхиленням розумового та фізичного розвитку до соціальних відносин засобами фізичного виховання.

*III-й етап (2004-2015 роки)* характеризується перебудовою системи фізичного виховання в Польщі на стандарти навчання у Європейському союзі. Змінюється структура системи освіти в Польщі. Вона розподіляється на основну школу, гімназію, профільний ліцей, професійні навчальні заклади і вищі навчальні заклади. Повністю змінюються підходи до навчання фізичною культурою у шкільних навчальних закладах. У вищих навчальних закладах фізичне виховання спрямовує роботу викладача і студента на розвиток тих фізичних якостей і реалізації фізичних спроможностей які хотів би розвинути в себе студент. Існує поняття мінімального (граничного) рівня розвитку основних фізичних якостей якими має володіти студент. Студент разом з викладачем фізичного виховання розробляє карту навчання в якій відображає напрями діяльності з особистого фізичного розвитку. Карта навчання з фізичного виховання розробляється у відповідності до існуючих методик навчання і можливостей навчально-матеріальної бази вищого навчального закладу. Головна увага приділяється навчанню студента засобам контролю і самоконтролю за особистим фізичним станом і збереженням здоров'я. Важливе значення надається навчанню студента засобами фізичної рекреації, впровадженні її у повсякденну діяльність як важливого елемента збереження здоров'я, підтримки фізичної форми, можливості спілкування, естетичної привабливості [5]. В вищих навчальних закладах проводиться робота щодо залучення осіб з відхиленням розумового та фізичного розвитку до повноцінного соціального життя, можливості отримати вищу освіту. Одним з головних елементів цієї роботи належить фізичному вихованню [6].

Система фізичного виховання Польщі охоплює всі версти населення і включає в себе:

- дошкільну систему фізичного виховання;
- шкільну систему фізичного виховання (початкову, гімназії, ліцеї);
- система фізичного виховання вищих навчальних закладів;
- система фізичного виховання дорослого населення;
- система фізичного виховання осіб похилого віку;
- система фізичного виховання осіб з особливими потребами.

Метою фізичного виховання у вищих навчальних закладах Польщі є сприяння гармоній-

ному розвитку особистості, підготовка студента до суспільного та сімейного життя, збереження здоров'я як особливої цінності, підготовка до вільного ринку праці [7]. Досягнення мети фізичного виховання реалізується шляхом її конкретизації в цілому комплексі послідовних, тісно взаємопов'язаних завдань. Завдання фізичного виховання, у цьому контексті, розглядаються як конкретні кроки, що ведуть до кінцевого результату діяльності [8].

– *Оздоровчої спрямованості фізичного виховання.* Принцип спрямовує діяльність викладача на профілактичну, оздоровчу та розвивальну функції навчання студентів. Завдання фізичного виховання полягає в наданні можливості студентам компенсувати недолік рухової активності, які виникають під час проведення лекційних, семінарських та інших видах аудиторних занять [10].

– *Доступності.* Реалізація принципу доступності вимагає врахування рівня попередньої підготовленості студентів. Він спрямовує діяльність викладача фізичного виховання на підбір відповідних фізичних вправ, які не повинні бути надмірно важкими або надмірно легкими. Навчальний матеріал повинен бути підібраний з таким розрахунком, щоб для оволодіння ним студенти змушені були б докласти певних зусиль [6].

– *Систематичності.* Принцип систематичності вимагає від викладача дотримування раціональної послідовності виконання фізичних вправ в проведенні занять, у застосуванні засобів і методів фізичного виховання. Для дотримання правил послідовності, викладач надає завдання з поступово наростаючою ступеню труднощі [11].

– *Наочності.* Принцип широко використовується під час ознайомлення і розучування фізичних вправ. Він застосовується з метою створення уяви про вправу яку необхідно виконати.

– *Міцності.* Принцип міцності у фізичному вихованні передбачає збереження засвоєного навички протягом максимально можливого часу. Особливе значення принцип міцності набуває при формуванні життєво-необхідних навичок (ходьба, біг, стрибки, метання, плавання тощо).

– *Зв'язок з майбутньою професійною діяльністю.* Вирішує завдання переважного розвитку фізичних якостей, професійно-значимих умінь та навичок які відображають специфіку майбутньої професійної діяльності. Спрямовує діяль-

ність викладача на підбір спеціальних вправ фізичного вдосконалення які б спонукали студентів до скорішого оволодіння професійно-необхідними навичками.

Для якісної і успішної роботи системи фізичного виховання в вищих навчальних закладах необхідно виконання декількох умов. На думку польських науковців головними з них є: бажання учасників системи досягти позитивних результатів, наявність висококваліфікованих педагогічних кадрів, які в змозі організувати сучасний процес фізичного виховання, забезпечення необхідними матеріально-технічними засобами навчання, що мають естетичну привабливість та відповідають гігієнічним стандартам. Головною дієвою особою системи фізичного виховання виступає викладач. Софія Жуковська визначає домінуючі категорії що притаманні викладачу фізичного виховання на які звертають увагу студенти: якість освіти і якість життя, вміння спілкування та ведення діалогу, самореалізація, відповідальність, ініціативність, лідерські якості, вміння організувати відпочинок [12].

Таким чином, можна зробити наступні **висновки:**

– за останні 30 років в системі фізичного виховання в вищих навчальних закладах Польщі відбулися корені зміни, насамперед в правовій, економічній, соціальній та програмно-нормативної площині;

– широкі повноваження вищих навчальних закладів Польщі надали необхідні передумови для вільного вибору засобів, методів, форм фізичного виховання студентів, для розбудови сучасної системи фізичне виховання;

– ефективність сучасної системи фізичне виховання студентів в вищих навчальних закладах Польщі розглядається на кількох рівнях в особистісному та суспільному значенні, як фактор розвитку здоров'я і загальної культури, як елемент всебічного розвитку особистості і підготовки людини до майбутньої професійної діяльності.

**Перспективи подальших досліджень.** Результати дослідження визначають необхідність додаткового вивчення методологічних та змістовних засад фізичного виховання у вищих навчальних закладах Польщі. Вивчення змісту навчальних програм, визначення форм і методів, фізичного виховання.

## Список літератури:

1. Ustawa o kulturze fizycznej. Tekst ustawy z dnia 18 stycznia 1996 roku o kulturze fizycznej – Режим доступу: [http://www.logincee.org/remote\\_libraryitem/414?lang=ru](http://www.logincee.org/remote_libraryitem/414?lang=ru).
2. Bielski J. Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego: podrecznik. Krakow: Oficyna Wydawnicza «Impuls». – 2005 – 362 s.
3. Grabowski H. Teoria fizycznej edukacji / H. Grabowski // Warszawa: Wydawnictwa Szkolnei Pedagogiczne Spolka Akcyjna, 1999. – 147 s.
4. Edukacja fizyczna w nowej szkole / pod red. T. Maszczaka. – Warszawa Wydawnictwo AWF, 2013. – 183 s.
5. Nowocien J. Studium o pedagogice kultury fizycznej. AWF, Warszawa, 2013 – 243 s.
6. Maszczak T. Wychowanie przez rozwój: podrecznik / T. Maszczak. – Warszawa: Fundacja «Centrum edukacji olimpijskiej», 2015. – 224 s.
7. Dziubinski Z. Studencka kultura fizyczna na przelomie wiekow. Proba diagnozy i propozycje zmian / Z. Dziubinski // Kultura Wychowanie Fizyczne – Warszawa. AWF, 2003 – S. 148-164.
8. Christopher R. Edginton, Ming-kai Chin, Michal Bronikowski. ZdrowieI Wychowanie Fizyczne – nowy swiatowy consensus (z polskiej perspektywy) / C. Edginton, M. Chin, M. Bronikowski // Wychowanie Fizyczne i Sport – Warszawa. AWF, 2011 – № 55(2). – S. 123-127.
9. Osinski W. Wspolczesna definicja procesu i funkcji wychowania fizycznego / W. Osinski // Wychowanie fizycznej zdrowotne – Warszawa. AWF, 1990 – № 1. S. 188-189.

10. Ostrowska M. Funkcje wychowania fizycznego / M. Ostrowska // Wychowanie fizycznei zdrowotne – Warszawa. AWF, 2011 – № 4. S. 10-13.
11. Smolej A., Zysko J. Prawno-organizacyjne podstawy rozwoju akademickiej kultury fizycznej w Polsce / A. Smolen, J. Zysko // Wychowanie fizycznei zdrowotne – Warszawa. AWF, 2006 – S. 171-182.
12. Osinski W. Teoria wychowania fizycznego / W. Osinski // Poznan. AWF, 2011 – 382 s.

**Кошура А.В.**

Черновицкий национальный университет имени Юрия Федьковича

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ПОЛЬШИ**

### **Аннотация**

В статье рассмотрены особенности развития системы физического воспитания в высших учебных заведениях Польши за последние 30 лет. Раскрыто содержание современной системы физического воспитания в высших учебных заведениях Польши. Проанализирована цель, задачи, функции, формы и методы проведения физического воспитания. Определены принципы и условия функционирования системы физического воспитания в высших учебных заведениях Польши.

**Ключевые слова:** система физического воспитания, высшие учебные заведения Польши, цель, задачи, функции, формы, принципы, условия.

**Koshura A.V.**

Chernivtsi Yuriy Fedkovych National University

## **PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATION OF POLAND**

### **Summary**

The article examines features of the development of the system of physical education in higher educational institutions of Poland for the last 30 years. The content of the modern system of physical education in higher educational institutions of Poland is revealed. Analysed the purpose, objectives, functions, forms, and methods of physical education. Established principles and modalities of a system of physical education in higher educational institutions of Poland.

**Keywords:** physical education, higher educational institutions of Poland, purpose, objectives, functions, forms, principles, conditions.