

# ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-1-77-31>

УДК 796.01

Тесліцький Ю.П.

Чернівецьке вище комерційне училище  
Київського торговельно-економічного університету

## ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ АКТИВІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВИРОБНИЧИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

**Анотація.** У статті досліджено організаційно-педагогічні умови стимулювання самостійної роботи студентів виробничих професій на прикладі студенток 1 курсу Чернівецького вищого комерційного училища; охарактеризовано мотиваційно-ціннісні орієнтації студентів щодо фізичної культури; визначено ставлення дівчат до здорового способу життя та стан фізкультурно-спортивної діяльності цих студентів; проаналізовано динаміку рівнів розвитку фізичної культури студентів за рік навчання; на підставі показників експериментальної роботи з технологічного впровадження розробленої моделі змісту самостійної роботи студентів у галузі фізичної культури та педагогічних умов її стимулювання зроблено висновок про позитивні зміни рівнів прояву активності студентів.

**Ключові слова:** фізичне виховання, самостійні заняття, ціннісні пріоритети, мотивація, студенти виробничих професій.

Teslitskiyy Yuriy

Chernivtsi Higher Commercial College  
Kyiv University of Trade and Economics

## ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS OF ACTIVIZATION OF INDEPENDENT WORK ON PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF PRODUCTION SPECIALTIES

**Summary.** The article explores in organizational and pedagogical conditions of stimulating independent work of students of industrial professions on the example of students of the first year of Chernivtsi Higher Commercial School are investigated in the article; students' motivational and value orientations regarding physical culture are characterized; the attitude of girls to a healthy lifestyle and the state of physical and sports activity of these students were determined. The process of physical education is analyzed, which provides an appropriate level of vital motor skills and necessary physical qualities: strength, endurance, speed, agility, etc., allows you to master the profession faster and better, to master modern sophisticated technique, to work more intensively and qualitatively. It is determined that regular classes of certain sports and physical exercises, their correct use in the mode of training contribute to the improvement of a number of necessary qualities of mental development – active perception of information, observation, memory, attention, depth of thinking, combinatory ability, operational skills memory. Studying the interests and needs of students, developing systematic motivational support for students' educational activities, teaching them special skills and forming cognitive readiness in the conditions of developed pedagogical technology to stimulate students' independent work allowed in the experimental work to positively significantly increase their motivational and motivational values. The dynamics of levels of development of physical culture of students for the year of study is characterized. It is generalized that pedagogical technology of stimulation of independent work in the field of physical culture is a microstructure in the macrostructure of a holistic educational process and is presented as a functional system of organizational methods of management, control and correction of students' cognitive and practical activity of students, which instrumentally ensures the prognosis achievement. On the basis of indicators of experimental work on technological implementation of the developed model of the content of independent work of students in the field of physical culture and pedagogical conditions of its stimulation, it is concluded that positive changes in the levels of student activity manifestation.

**Keywords:** physical education, self-employment, value priorities, motivation, students of industrial professions.

**Постановка проблеми.** Фізична культура є багатофункціональним феноменом життя сучасного суспільства, що виконує низку важливих соціальних функцій. Специфічна функція фізичної культури полягає в задоволенні потреб суспільства у фізичній підготовці людей до участі в трудовій діяльності, розвитку здібностей біосоціальної адаптації до змінних умов життя, а також виживання в різних екстремальних умовах.

Процес фізичного виховання забезпечує відповідний рівень життєво важливих рухових навичок і необхідних фізичних якостей: сили, витривалості, швидкості, спритності та ін., що дозволяє швидше і краще освоювати професію, опанувати сучасну складну техніку, більш інтенсивно і якісно працювати. Регулярні заняття певними видами спорту і фізичними вправами, правильне їх використання в режимі навчання

сприяють вдосконаленню ряду необхідних якостей розумового розвитку – активному сприйняттю інформації, спостережливості, пам'яті, увазі, глибини мислення, комбінаторним здібностям, оперативному мисленню, зоровій і слуховій пам'яті. У сучасній педагогічній науці відсутні дослідження, в яких розглянуті науково-теоретичні основи та особливості педагогічного стимулювання активності студентів до занять фізичним вихованням у процесі професійного навчання. З урахуванням виявлених протиріч була визначена проблема дослідження, що полягає у визначенні науково-теоретичних, змістовних, організаційно-педагогічних і технологічних моделей, що забезпечують педагогічні умови стимулювання самостійної роботи студентів до занять фізичним вихованням під час здобуття професійної освіти.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Розглядаючи суть, зміст і методику формування професійної спрямованості у фізичному вихованні, учені описово структурують фізичну культуру особи акцентуючи увагу на таких значеннях, як якісний розвиток і інтегральний результат професійної підготовки. У розроблену модель фізичної культури особистості входять три основні складові: мотиваційно-ціннісні орієнтації особистості, фізична досконалість особистості, фізкультурно-спортивна діяльність [4]. Неважко помітити, що ця модель легко екстраполюється взагалі на фізичну культуру особистості незалежно від її професійної приналежності і характеризується як рівень фізкультурної вченості.

Теорія фізичної культури особистості закономірно трансформувалася в теорію і стратегію виховання фізичної культури, що створило передумову переоцінки цінностей і змісту наявної системи фізичного виховання у соціально-педагогічному аспекті [3, с. 176]. В свою чергу, зміна уявлень про мету і завдання фізичної культури зумовила необхідність переорієнтації системи фізичного виховання на науково обґрунтовану, дієву і корисну в соціально-ціннісному плані державну систему виховання фізичної культури, тому були зроблені спроби концептуально обґрунтувати теорію фізичної культури в щодо становлення нової системи, визначити її особливу соціальну значущість [2, с. 130; 5, с. 239; 6, с. 194].

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Метою педагогічного стимулювання самостійної роботи з фізичного виховання є досягнення студентами творчого рівня фізичної культури, трансформація навчально-виховного процесу в усвідомлену і мотивовану систему самоосвіти і фізичного самовдосконалення, що забезпечує поступальний розвиток гармонії професійно-особистісних якостей [1, с. 125; 5, с. 76].

Рівні активності самостійної роботи студентів визначаємо, по-перше, через уявлення про системність, ситуативність і періодичність діяльності, про її морфологію (склад і структуру, суб'єкти, об'єкти, їх взаємодію, простота і складність); аксіологію (цінності і потреби); антологію – за способами пізнання та існування (люди, об'єкти, середовище). Іншим аспектом є уявлення про рівні засвоєння знань, умінь і навичок: репродуктивний (учнівський і типовий) чи продуктивний (евристичний і творчий) [2, с. 128].

У контексті фізкультурної діяльності самостійну роботу студентів виробничих професій розглядаємо як динамічну систему активних, впорядкованих і цілеспрямованих дій саморозвитку особи внаслідок освоєння цінностей фізичної культури.

**Мета дослідження** – визначити і експериментально обґрунтувати основні складові організаційно-педагогічних умов стимулювання активності самостійної роботи студентів до занять фізичним вихованням.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Важливу роль у формуванні фізичної культури особистості студента відіграє освоєння ним необхідної для самостійної практичної діяльності сукупності знань, умінь та навичок. Усвідомленість знань (якість освоєння) характеризують міра усвідомленості, здатність до відтворення та до пояснення. Загалом модель педагогічної технології стимулювання самостійної роботи з фізичного виховання у студентів виробничих професій потрактуємо як складну багатоконпонентну систему, елементи якої взаємозумовлені і взаємозв'язані, перебувають в єдності та доповнюють один одного.

З метою формування світоглядних поглядів щодо позитивного ставлення до самостійних занять фізичними вправами зі студентами проводилися лекційні та семінарські заняття, було запропоновано реферативні роботи (рекомендувався перелік літератури); під час практичних занять проводилися бесіди (7-10 хв) теоретичних і методичних особливостей конкретного розділу практичного заняття; організувалися диспути за системою проблемного навчання. Разом з традиційними в експерименті застосовувалися і форми активного навчання, наприклад, самостійна пізнавальна діяльність студентів (навчальні дослідження), що передбачала підбір індивідуально-орієнтованих оздоровчих систем фізичного виховання, апробація їх в самостійній і практичній діяльності, контроль і корекцію.

В експерименті взяли участь студенти (дівчата) 1 курсу Чернівецького вищого комерційного училища Київського торговельно-економічного інституту. Було сформовано контрольну (n = 30 осіб) та експериментальну групу (n = 32 особи). Дослідження проводилися в межах навчальних занять з фізичного виховання (3 год. / тижд.). При цьому студентки експериментальної групи займалися з урахуванням запропонованої технології стимулювання самостійної роботи, тоді як студенти контрольної групи займалися за стандартною програмою фізичного виховання.

Внаслідок упровадження технології стимулювання самостійної роботи студентів були отримані результати, що підтверджують вірогідність висунутої гіпотези. Формування фізичної культури особистості на основі розробленого технологічного підходу, орієнтація на принципи гуманізації, демократизації та індивідуалізації навчального процесу; особистісно-орієнтовану і особистісно розвивальну технології дозволили порівняно за невеликий термін поліпшити фізичний стан студентів. Крім того, вдалося покращити рівень мотиваційно-ціннісних орієнтацій щодо активної самоосвіти і фізичного самовдосконалення. Педагогічна оцінка і самооцінка студентів труд-

нощів в організації самостійної роботи з фізичної культури на першому етапі дослідження показали наступні основні причини пасивного ставлення до неї: відсутність або невиразність мотиваційно-ціннісних орієнтацій самостійної роботи і ставлення до фізичної культури в цілому; відсутність необхідних знань, відповідних умінь: вибирати, аналізувати і систематизувати необхідну інформацію, переносити знання у практичну діяльність, планувати і організувати самостійну роботу, підбирати форми організації занять, оздоровчі системи, технології, засоби, методи самовиховання і фізичного самовдосконалення (розвитку фізичних якостей і формування рухових навичок).

Вивчення причинно-наслідкових зв'язків й участі в різноманітних формах фізкультурно-спортивної діяльності студентів на початку експерименту показує, що до вступу до ПТНЗ займалися різними видами фізичних вправ у вільний від навчання час лише 39,1% опитаних. При цьому домінуючими мотивами для більшості були особистісно-значущі (75,0%), пов'язані насамперед з фізіологічними потребами (54,9%) і потребами самоповаги і самоактуалізації (36,6%). При цьому провідними цільовими установками виступали: зміцнення здоров'я (43,3%), корекція фігури (40,8%) і зниження маси тіла (20,8%) (табл. 1). Водночас більшість респондентів зазначали, що поставлена ними фізкультурна мета ще не досягнута (56,6%), студенти, що не займалися

у вільний час жодною з форм фізкультурно-спортивної діяльності, мотивують це явище відсутність вільного часу (45%) і лінню (21,6%).

У дослідженні було визначено також ставлення дівчат до здорового способу життя. Результати опитування показали, що 58,3% респондентів дотримуються культури здорового способу життя, при цьому було встановлено, що випускники загальноосвітньої школи не мають достатнього наукового уявлення про культуру ЗСЖ як багатofакторного, багатоаспектного та багатофункціонального виду діяльності. Дотримуються режиму дня 10,0%, займаються тютюнопалінням 20,0%, вживають спиртні напої 13,3%.

Вивчення інтересів і потреб студентів, розробка систематичної мотиваційної підтримки освітньої діяльності студентів, навчання їх спеціальним умінням і формування когнітивної готовності в умовах розробленої педагогічної технології стимулювання самостійної роботи студентів дозволили в умовах експериментальної роботи позитивно істотно посилити сукупність їхніх мотиваційно-ціннісних орієнтацій.

У різноманітті цільових установок як в експериментальній, так і в контрольній групах провідними стали поряд із зміцненням здоров'я вдосконалення фізичних якостей, отримання знань з фізичної культури, але в експериментальній групі цей відсоток був вищим. У підсумку дослідно-експериментальної роботи змінився і загальний рівень фізичної культури особистості студентів (табл. 2).

Таблиця 1

**Вихідні показники мотиваційно-ціннісних орієнтацій студентів щодо фізичної культури (%)**

Питання	Групи	
	Е	К
1. Чи займалися Ви у вільний від навчання час будь-якою з перерахованих форм фізичної культури і спорту?		
– у шкільних секціях	15,0	10,0
– в групі здоров'я	3,3	8,3
– займалася самостійно	8,3	13,3
– займалася в спортивній секції	10,0	10,0
– нічим не займалася	63,4	58,4
2. Які фізкультурні мотиви для Вас найбільш значущі?		
– соціальні	18,4	20,0
– професійні	38,3	33,3
– особистісні	73,3	76,7
3. Які фізкультурні потреби для Вас є найбільш значимі?		
– пізнавальні	20,0	13,3
– самоповага та самоактуалізація	33,3	40,0
– в соціальних зв'язках	11,6	15,0
– безпеки	25,0	18,3
– фізіологічні	51,6	58,3
4. З якою метою Ви займалися фізичною культурою і спортом?		
– зміцнити здоров'я	41,6	45,0
– покращити рівень фізичних якостей	15,0	13,3
– стати красивію	16,7	18,3
– покращити фігуру	38,3	43,3
– позбутися зайвої ваги	25,0	16,7
– підвищити загальну працездатність	16,7	23,3
– виховати вольові якості	10,0	10,0
– побороти невпевненість у собі	16,7	1,6

Примітка: Е – експериментальна група, К – контрольна група

Таблиця 2

**Стан фізкультурно-спортивної діяльності та цільових установок  
в дослідно-експериментальних групах після експерименту (%)**

Питання	Групи	
	Е	К
1. Чи займаєтесь Ви у вільний час якоюсь із перелічених форм фізичної культури і спорту?		
– займаюся у спортивній в секції	33,3	16,7
– займаюся самостійно	53,3	26,7
– займаюся ранковою гімнастикою	60,0	33,3
– займаюся на факультативних заняттях	30,0	20,0
– нічим не займаюся	13,3	30,0
2. З якою метою Ви займаєтесь фізичною культурою і спортом?		
– зміцнити здоров'я	50,0	46,7
– вдосконалити фізичні якості	26,7	16,7
– мати красиву фігуру	3,3	13,3
– бути привабливою	26,7	33,3
– покращити загальну працездатність	16,7	23,3
– виховати вольові якості	23,3	16,7
– домогтися популярності	3,3	10,0
– покращити настрій, самопочуття	6,7	3,3
– отримати знання з фізичної культури	40,0	16,7
– скласти залік з фізичного виховання	3,3	16,7

Таблиця 3

**Динаміка рівнів розвитку фізичної культури студентів за рік навчання  
(за М.Я. Віленським і Г.М. Соловйовим) (%)**

№	Рівні фізичної культури особистості	Експериментальна група			Контрольна група		
		початкові дані	кінцеві дані	зміни	початкові дані	кінцеві дані	зміни
1.	Дуже низький	53,3	6,7	-46,6	56,7	35,2	-21,5
2.	Низький	26,7	11,7	-15,0	25,0	21,6	-3,4
3.	Середній	13,3	23,3	10,0	15,0	16,6	1,6
4.	Високий	6,7	58,3	51,6	3,3	26,6	23,3

В результаті педагогічних спостережень і контрольних випробувань було встановлено, що з загального контингенту студентів, що брали участь в експерименті 81,6% оволоділи фізичною культурою на середньому рівні (23,3%) і творчого її використання (58,3%). У контрольній групі показники рівнів фізичної культури особистості до укладення експериментальної роботи виявилися нижчі (табл. 3).

Таким чином, ефективність і якість вирішення виховних завдань, а також певні витрати часу і зусилля викладачів і студентів на їх вирішення; зміст, структура і логіка функціонування організації виховання фізичної культури забезпечили якісне вирішення завдань освіти, виховання і всебічного розвитку студентів відповідно до вимог програми, врахування конкретних умов, специфіки навчальної діяльності, фізичних і розумових можливостей кожного студента. Поставлені цілі були досягнуті без перевищення витрат часу, відведеного навчальним планом, а також без перевищення максимальних норм часу для самостійних занять відповідно з науковою організацією навчальної діяльності студентів.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Педагогічна технологія стимулювання самостійної роботи в галузі фізичної культури є мікроструктурою в макроструктурі цілісного навчально-виховного процесу і презентована як функціональна система організаційних способів управління, контролю та корекції навчально-пізнавальної і практичної діяльності студентів, що інструментально забезпечує досягнення прогнозованого і діагностованого результату. Показники експериментальної роботи з технологічного впровадження розробленої моделі змісту самостійної роботи студентів у галузі фізичної культури та педагогічних умов її стимулювання дозволяють констатувати позитивні зміни не тільки в рівнях прояву активності студентів, а й в цілому в сформованості їх фізичної культури особистості. Предметом наступних досліджень слугуватимуть порівняльна характеристика вмій студентів у фізичному самовдосконаленні та ступеня включеності студентів у самостійні форми занять фізичною культурою.

### Список літератури:

1. Ашеров А.Т., Логвіненко В.Г. Методи і моделі оцінки педагогічного впливу на розвиток пізнавальної самостійності студентів. Харків, 2005. 164 с.
2. Гладкая И.В. Организационно-педагогические условия становления профессиональной компетентности студента. *Известия российского гос. пед. ун-та им. А.И. Герцена*. 2011. Т. 142. С. 126–134.

3. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології. Київ, 2004. 352 с.
4. Алексюк А.М., Аюрзанайн А.А., Підкасистий П.І., Козаков В.А. Організація самостійної роботи студентів в умовах інтенсифікації навчання. Київ, 1993. 336 с.
5. Соловьев Г.М. Формирование физической культуры личности студента в ракурсе современных образовательных технологий. Ставрополь, 1999. 168 с.
6. Федорова О.Ф. Некоторые вопросы активизации учащихся в процессе теоретического и производственного обучения. Москва, 1970. 301 с.

### References:

1. Asherov, A.T., & Lohvinenko, V.H. (2005). *Metody i modeli otsinky pedahohichnoho vplyvu na rozvytok piznavalnoi samostiinosti studentiv* [Methods and models of assessment of pedagogical influence on the development of students' cognitive independence]. Kharkiv, 164 p.
2. Hladkaia, Y.V. (2011). Orhanyzatsyonno-pedahohycheskye uslovyia stanovlennia professyonalnoi kompetentnosti studenta [Organizational and pedagogical conditions of becoming a student's professional competence]. Proceedings of the *Yzvestyia rossiyskoho hos. ped. un-ta im. A.Y. Hertseny*. T. 142, pp. 126–134.
3. Dychkivska, I.M. (2004). *Innovatsiini pedahohichni tekhnolohii* [Innovative pedagogical technologies]. Kyiv, 352 p.
4. Aleksyuk, A.M., Aiurzanain, A.A., Pidkasytyi, P.I., & Kozakov, V.A. (1993). *Orhanizatsiia samostiinoi roboty studentiv v umovakh intensyfikatsii navchannia* [Organization of independent work of students in the conditions of intensification of education]. Kyiv, 336 p.
5. Solovev, G.M. (1999). *Formirovanie fizicheskoy kulturyi lichnosti studenta v rakurse sovremennyih obrazovatelnyih tehnologiy* [The formation of the physical culture of the student's personality in the perspective of modern educational technologies]. Stavropol, 168 p.
6. Fedorova, O.F. (1970). *Nekotoryie voprosyi aktivizatsii uchashihsya v protsesse teoreticheskogo i proizvodstvennogo obucheniya* [Some issues of activating students in the process of theoretical and industrial training]. Moskva, 301 p.