

УДК 796.012.1 : 316.628 – 057.875

Анатолій Конох

Запорізький національний університет
ORCID ID 0000-0003-4283-9317

Наталія Маковецька

Запорізький національний університет
ORCID ID 0000-0003-3735-2205

Андрій Конох

Запорізький національний університет
ORCID ID 0000-0001-9719-0418
DOI 10.24139/2312-5993/04.2024/506-514

ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ З ВИКОРИСТАННЯМ ДОСВІДУ США

У статті виокремлено особливості фізичного виховання в системі вищої освіти США. Теоретично обґрунтовано особливості фізичного виховання у США. Зосереджено увагу на необхідності формування у студентів високого рівня фізичної культури під час навчання у закладах вищої освіти. Проаналізовано зміст вихідних наукових дефініцій «культура», «фізична культура» для розуміння сутності «фізична культура студента». Уточнено сутність поняття «фізична культура студента» як інтегративного особистісного утворення, яке характеризується наявністю знань про норми і цінності різних аспектів здоров'я, уявлення про способи його збереження і поліпшення, ставлення до нього як до найвищої особистісної цінності, позитивним їх переживанням, спонукою до виконання певних дій, умінь і навичок, що забезпечують реалізацію відповідних дій у власній життєдіяльності. Встановлено, що проблема формування фізичної культури студента одержала досить ґрунтовне висвітлення у психолого-педагогічній літературі. Визначено й теоретично обґрунтовано структуру особистісної культури здорового способу життя, виявлення механізмів керівництва валеологічною освітою студентської молоді, розробки педагогічних умов та алгоритмів, спроможних підвищити її ефективність. Однак, така проблема, як формування фізичної культури студентів, не стала до сьогодні предметом спеціальних досліджень, що зумовлює необхідність її вивчення як у теоретичному, так і в прикладному аспектах. Дослідники виділяють такі особливості фізичного виховання в університетах США: гармонійне поєднання навчання та дозвілля студентів; фінансова підтримка фізичного розвитку студентів; розвинена система факультативних та рекреаційних занять; комерціалізація та професіоналізм студентського спорту. Розглянуто та проаналізовано американський досвід у сфері фізичного виховання, що являє собою важливе джерело для розробки нових підходів до організації фізичного виховання й удосконалення існуючої системи фізичного виховання в університетах України. Аналіз основних особливостей фізичного виховання у вищій школі США дає можливість виокремити характерні риси та виявити позитивні аспекти в організації фізичного виховання й застосувати їх у вітчизняній практиці.

Ключові слова: фізична культура, студенти, заклад вищої освіти, університет, досвід США.

Постановка проблеми. Проблема розробки та впровадження фізичної культури, зміцнення здоров'я, особливо молоді і студентів, належить до першочергових проблем сучасної державної політики. Адже здоров'я людей – багатство нації. Від його стану залежить перебіг і ефективність виробничих процесів, стосунків між людьми в колективі та сім'ї, духовний стан суспільства, його політичний та соціокультурний розвиток. Збереження здоров'я підростаючого покоління є однією з глобальних проблем сучасного суспільства. У першу чергу це зумовлено стійкими негативними тенденціями стану здоров'я дітей і підлітків. Сьогодні майже 90% студентів мають відхилення здоров'я, а понад 50% - незадовільну фізичну підготовку. Негативні показники здоров'я сучасної молоді відзначаються не тільки на фізичному, але й на психічному та духовному рівнях, що свідчить про недостатню сформованість фізичної культури, здорового способу життя (Андрющенко, 2012). Актуальність цієї проблеми зумовлена, в першу чергу, швидким поглибленням демографічної кризи і розвитком депопуляційних процесів в Україні, що можуть уповільнити і навіть зупинити соціально-економічний розвиток суспільства. Серед причин кризового стану – соціально-економічна та психологічна кризи, неефективна стратегія охорони здоров'я і недоліки в організації системи освіти, що зумовлюють психоемоційне перевантаження і недостатню рухову активність учнів. Окрім цього, важливу роль у розвитку негативних тенденцій відіграє низький рівень фізичної культури і відсутність знань щодо здорового способу життя та профілактики здоров'я. Викладачі закладів вищої освіти, як представники частини населення, на долю яких випало навчання і виховання підростаючого покоління, не завжди готові до здоров'язберігаючої діяльності, мають низький рівень здоров'я і майже не піклуються про його збереження, а також не усвідомлюють своєї ролі у вихованні здорової особистості.

Під час навчання у закладі вищої освіти у студентів має бути сформований високий рівень фізичної культури. Гострота ситуації з фізичною культурою в нашій державі зумовлюється тим, що в багатьох випускників середніх навчальних закладів досить низький рівень фізичної культури, культури здоров'я, що, на наш погляд, зумовлене недостатньою увагою до цієї важливої ланки роботи при навчанні їх в середніх школах, ліцєях, гімназіях, коледжах та ін. Сьогодні маємо майже катастрофічну ситуацію не тільки з фізичною культурою студентів, а й з культурою взагалі. Сучасні тенденції освіти в Україні спрямовані на

підготовку студентів як професійно кваліфікованих спеціалістів, формування у них культури здоров'я. Підготовка студентів вимагає і формування фізичної культури, оскільки, фізичне здоров'я є основою їх діяльності. Власне тому існує необхідність подолання недоліків формування фізичної культури студентів під час навчання у закладі вищої освіти.

У зв'язку з цим, надзвичайної актуальності набуває узагальнення й використання передового досвіду США у вихованні фізичної культури студентів університетів. США користується у всьому світі великим авторитетом у сфері освіти та фізичної культури і спорту, що й зумовило подальший аналіз досвіду фізичного виховання в університетах США.

Аналіз актуальних досліджень. У Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» зазначено, що метою держави є формування у суспільстві умов до оздоровчої рухової активності та здорового способу життя для формування здоров'я громадян як найвищої соціальної цінності в державі, що сприятиме розв'язанню гуманітарних і соціально-економічних проблем для особи, суспільства та держави (УКАЗ Президента України «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»). Разом з тим, визначаються наявні в Україні проблеми (необхідність впровадження ефективних механізмів профілактики хронічних неінфекційних захворювань; посилення негативного впливу на здоров'я людини внаслідок зменшення обсягу та інтенсивності рухової активності; низький рівень залучення осіб до спеціально організованої рухової активності), що вимагають розв'язання.

Проблемам формування фізичної культури студентської молоді присвячені дослідження американських учених (Г. Векслер, А. Ропер, С. Лі, К. Енніс. Б. МакКаллік, Дж. Фалтон, Д. Томас, К. Франс, та ін.), українських дослідників (Т. Дереди, А.Ковальчук, Д. Мазний, Л. Черній, С. Мединського, М. Ричкова та ін.)

Однак, враховуючи сучасні запити освіти на вивчення зарубіжного досвіду, потребують подальшого вивчення специфічні риси виховання фізичної культури американських студентів в університетах з подальшим застосування досвіду США в закладах вищої освіти України.

Метою статті є висвітлення досвіду у формуванні високого рівня фізичної культури студентів в університетах США.

Виклад основного матеріалу. За роки незалежності зазнали кардинальних змін зміст, система освіти та її структура, методичні засади навчання, відбувся відхід від ідеологізованих трафаретних понять та підходів, які були в радянській педагогіці і фактично унеможливлювали творчий підхід до вирішення проблем навчально-виховного процесу (Андрющенко, 2012, с. 123). У наш час відбувається зміщення акцентів діяльності вищої школи згідно з новою освітньою парадигмою, пріоритетами якої є інтереси людини, а звідси – нові вимоги суспільства до освітнього рівня та професійної спрямованості фахівця. Розроблена нова концепція державної політики у сфері фізичної культури і спорту, суть якої полягає в переході від формальної гонитви за масовістю фізкультурно-спортивного руху до рекреаційно-оздоровчого і профілактичного ефекту, до утвердження здорового способу життя. Тож масштабна криза здоров'я в освіті, з одного боку, і об'єктивна потреба в педагогах, здатних реалізувати здоров'язберігаючу функцію освіти засобами фізичної культури, з іншої, визначили проблему – формування фізичної культури як умова підвищення ефективності оздоровлення студентської молоді.

Для характеристики структури поняття «фізична культура студента» слід зупинитися на визначенні таких понять, як «культура», «фізична культура». Проблема визначення поняття «культура» залишається актуальною і на сьогоднішній день, оскільки вона є однією із складних, суперечливих і до кінця не вирішених проблем сучасної філософії. Це пояснюється тим, що жодне поняття в суспільній науці не викликає такого розмаїття поглядів, визначень, як поняття культура. Не дивно, що на сьогоднішній день у світовій літературі нараховується значна кількість різних тлумачень сутності культури. Встановлено, що наукова дефініція «культура», будучи одним із ключових понять сучасної наукової думки, використовується в філософії, соціології, психології для позначення об'єктів і явищ, їх властивостей, а також абстрактних ідей, що втілюють в собі суспільні ідеали.

На нашу думку, педагогічні погляди найбільш узагальнені у педагогічному словнику під авторством С. Гончаренка, де зазначено, що – «це сфера духовного життя суспільства, що охоплює, насамперед, систему виховання, освіти, духовної творчості Водночас під культурою розуміють рівень освіченості, вихованості людей, а також рівень оволодіння якоюсь галуззю знань, або діяльності» (Гончаренко, с. 182).

Встановлено, що науковий термін «культура» є інтегративним, багатогранним і міждисциплінарним, тому проведення аналізу його універсального змісту є доволі складно. Зокрема, цей термін найчастіше ідентифікують з духовною активністю людей. У загальному сенсі культура – це все, що створено людиною і суспільством, всі процеси і результати їхньої духовної та матеріальної діяльності. З позицій нашого дослідження, термін «культура» будемо розглядати в єдності двох складових: соціальної (культура як спосіб забезпечення, організації та вдосконалення життєдіяльності особистості) і особистісної (певна ступінь освіченості суб'єкта). А тому збереження і зміцнення здоров'я знаходяться в прямій залежності від рівня загальної культури.

Поняття «фізична культура» часто обмежується тільки проведенням фізкультурно-оздоровчих заходів. Але здоров'я буває фізичним, психічним, моральним і соціальним, тому, щоб бути здоровим, недостатньо тільки займатися фізкультурою. Здоров'я людини неможливе без моральної і психічної складової. Зрозуміло, що й формування фізичної культури вимагає обов'язкових трьох видів діяльності (тобто культури). Виходячи із цього, «фізична культура» забезпечує фізичне здоров'я (здорове тіло); психічну культуру, яка формує психічне здоров'я (здорове мислення); моральну культуру, яка створює основу морального здоров'я (духовність).

Дослідження поняття «фізична культура студента» розкривають його багатофункціональну сутність, яка виступає як: міждисциплінарна категорія науки; компонент професійної культури студента; інтегральна характеристика сучасного студента в умовах модернізації освіти; один з показників результатів освіти. У структурі поняття «культури здоров'я студента» виділяємо такі компоненти, як: стійка мотивація до здорового способу життя, професійна компетентність у сфері здоров'я і здорового способу життя, володіння здоров'язберігаючими технологіями, володіння засобами здоров'язберігаючої професійної поведінки. Отже, фізичну культуру студента ми розглядаємо як цілісну особистісну й професійну освіту, важливий педагогічний аспект, де студент є носієм базових знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, а також суб'єктом освітньо-виховного процесу, що здійснює власну здоров'язберігаючу діяльність. Визначаючи наявні в Україні проблеми (посилення негативного впливу на здоров'я студентів внаслідок зменшення обсягу та інтенсивності рухової активності; низький рівень залучення осіб до спеціально організованої рухової активності та ін.), виникла потреба в

аналізі американського досвіду, як найбільш успішного, впровадженні його в систему фізичного виховання у закладах вищої освіти України.

Система фізичного виховання і спорт у США пройшла інтенсивний шлях становлення та реформування і на сьогодні є однією з найбільш успішних і дієвих систем. Вагоме значення фізичного виховання, як одного з найважливіших напрямів виховання, пояснюється досить серйозною підтримкою з боку держави. Американське суспільство прийшло до потреби науково обґрунтованого регулювання мінімальної рухової активності, що і було законодавчо закріплено державою. Законодавча влада у США за останні роки активно розглядає питання щодо законодавчого регулювання у сфері збереження здоров'я населення та фізичного виховання.

У Сполучених штатах Америки фізкультурно-оздоровча діяльність у закладах вищої освіти організована за рядом моделей і контролюється не лише регіонально, а й державними органами (Рибалко, 2019).

В контексті мети нашого дослідження, порівнявши системи освіти фізичного виховання у різних країнах, зокрема США, можна зробити висновки, щодо ефективності методів, можливості їх запозичення й адаптації.

Слід зазначити, що у США фізичному вихованню і спорту приділяється значна увага. Країну також називають однією з найрозвиненіших у цій галузі. Все життя американців перейнято духом суперництва. При вступі до закладу вищої освіти абітурієнт зі спортивними здобутками має значні переваги перед рештою. Тому підлітки, які приділяють час своїй фізичній формі, можуть насамперед здобути якісну освіту. Оскільки країна наголошує на фізичній підготовці, то й заклади вищої освіти приділяють цьому особливу увагу. У студентів США є більше можливостей реалізувати себе у цій галузі. Однією з суттєвих особливостей США є те, що в американській системі фізичне виховання студентів не є обов'язковою навчальною дисципліною, країна не має єдиної програми, тому кожен штат має свою програму, свої пріоритети, а також кожен університет може вибрати певні аспекти, які реалізовуватиме в себе. Головним завданням фізичного виховання США виступає формування фізично здорової людини. Таким чином, концепція фізичного виховання США дає можливість студентам займатися тим, що їм подобається. У США вважають, що нав'язана проти

волі студентам програма не принесе користі. Тому в університетах активно реалізуються різні ігри, види спорту, студентам надають вибір.

Вагомий внесок у створення теоретичної бази з питання особливостей і організації фізичного виховання в університетах США зробили такі вітчизняні науковці, як С. Мединський, І. Максименко, Н. Адамський, А. Зайцев, В. Мудрік, І. Мудрік, С. Опарін та ін., але на нашу думку, найбільш вдалим визначенням особливостей системи фізичного виховання є Маргарити Ричкової (Ричкова, 2016), с. 56-59). Вчена виділяє такі особливості фізичного виховання в університетах США: першою особливістю фізичного виховання у США є гармонійне поєднання навчання та дозвілля студентів (кожен навчальний заклад самостійно розробляє навчальні програми з фізичного виховання, вони мають відмінності в спортивних традиціях; специфіці спеціальностей; матеріальній базі; у виборі популярних видів спорту тощо); наступною особливістю є фінансова підтримка фізичного розвитку студентів (отримання спортивних стипендій); третя особливість – розвинена система факультативних та рекреаційних занять (позакласні заходи (факультативи), які забезпечують відповідну установку до залучення і взаємодії з іншими студентами. Таким чином, відбувається збільшення ефективності навчання та підвищення рівня розвитку студентів); четверта особливість – комерціалізація та професіоналізм студентського спорту, яка є характерною рисою для Сполучених Штатів Америки. Концепція фізичного виховання США дає можливість студентам займатися тим, що їм подобається. Опоненти цієї системи висловлюють побоювання, що фізично слабкі студенти, тобто ті, хто найбільше потребує фізичного навантаження, залишаться осторонь. На практиці виявляється, що свідоме, добровільне, без примусів ставлення до занять будь-якими фізичними вправами, іграми, приносить більше користі та ефекту, ніж найбільш збалансована, але нав'язана проти волі студента програма. Природне прагнення досягти успіху у вибраному виді занять рано чи пізно приводить студента до думки про необхідність покращити свою фізичну форму, підготовку.

Висновки. Аналізуючи особливості фізичного виховання в університетах США, варто врахувати той факт, що у США накопичено величезний досвід у сфері фізичного виховання. Проведені дослідження та врахування позитивного досвіду США сприятимуть вивченню нових підходів та шляхів удосконалення існуючої системи фізичного виховання в Україні.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження спрямовані на дослідження напряму з пошуком можливостей застосування американського досвіду виховання фізичної культури студентів у закладах вищої освіти України.

ЛІТЕРАТУРА

- Андрющенко, Т. К. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема. *Наук. вісн. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки*, 7, 123-127 (Andryushchenko, T. K. (2012). Formation of health-saving competence as a socio-pedagogical problem. *Sciences Bulletin of the Volyn National University named after Lesya Ukrainka*, 7, 123-127.
- УКАЗ Президента України «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». URL: https://ips.ligazakon.net/document/view/U042_16?an=1 (Decree of the President of Ukraine «On the National strategy for healthy physical activity in Ukraine for the period until 2025 «Physical activity – healthy lifestyle – healthy nation». URL: https://ips.ligazakon.net/document/view/U042_16?an=1)
- Ковальчук, А. Г., Грибан, Г. П. Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах США. URL: http://eprints.zu.edu.ua/12434/1/%D0%9A%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%87%D1%83%D0%BA%20_d.pdf (Kovalchuk, A. H., Hryban, H. P. *Physical education and sports in higher educational institutions of the USA*. URL: http://eprints.zu.edu.ua/12434/1/%D0%9A%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%87%D1%83%D0%BA%20_d.pdf
- Рибалко, Л. М. (2019). Світовий досвід фізкультурно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 3 (110), 487–491 (Rybalko, L. M. (2019). World experience of physical culture and health activities in institutions of higher education. *Scientific journal of NPU named after MP Drahomanov*, 3 (110), 487-491).
- Ричкова, М. (2016). Особливості фізичного виховання в університетах США. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 4 (58), 55–61 (Rychkova, M. (2016). Peculiarities of physical education in US universities. *Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*, 4 (58), 55-61).

SUMMARY

Konokh Anatolii, Makovetska Nataliia, Konokh Andrii. Formation of physical culture of students of higher education institutions of Ukraine using US experience.

The article highlights the peculiarities of physical education in the US higher education system. The peculiarities of physical education in the USA are theoretically substantiated. Attention is focused on the need to form students of a high level of physical culture during their studies in higher education institutions. The content of the original scientific definitions of "culture", "physical culture" was analyzed in order to understand the essence of "student's physical culture". The essence of the concept of "student's physical culture" as an integrative personal education, which is characterized by the presence of knowledge about the norms and values of various aspects of health, ideas about ways to preserve and improve it, attitude towards it as the highest personal value, their positive experience, the urge to performing certain actions, abilities and skills that ensure the implementation of relevant actions in one's own life. It has been established

that the problem of forming a student's physical culture has been thoroughly covered in the psychological and pedagogical literature. The structure of the personal culture of a healthy lifestyle, the identification of mechanisms for guiding the valeological education of student youth, and the development of pedagogical conditions and algorithms capable of increasing its effectiveness are determined and theoretically substantiated. However, such a problem as the formation of students' physical culture has not been the subject of special research until today, which necessitates its study in both theoretical and applied aspects. Researchers highlight the following features of physical education in US universities: a harmonious combination of study and student leisure; financial support for physical development of students; a developed system of optional and recreational classes; commercialization and professionalism of student sports. The American experience in the field of physical education was considered and analyzed, which is an important source for the development of new approaches to the organization of physical education and improvement of the existing system of physical education in Ukrainian universities. The analysis of the main features of physical education in higher education in the USA makes it possible to single out characteristic features and identify positive aspects in the organization of physical education and apply them in domestic practice.

Key words: education, physical culture, students, institution of higher education, university, US experience.