

ОСОБЛИВОСТІ РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» ДЛЯ БАКАЛАВРІВ

Ігор Бакіко, Володимир Файдевич, Володимир Ковальчук

Луцький національний технічний університет

Анотація:

У статті розглянуто особливості робочої програми з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Вказано, що упродовж останнього десятиріччя в закладах вищої освіти України склалася тривожна ситуація: у більшості з них дисципліна «Фізичне виховання» була виведена з навчальних планів старших курсів і залишилася лише на 1–2 курсах у межах двох годин на тиждень. У результаті значно скоротилася відвідуваність здобувачами цієї дисципліни, знизився рівень їхнього фізичного розвитку, рухової активності, і, як наслідок, у них стало спостерігатися погіршення здоров'я, що є певною загрозою економіці й національній безпеці України. Сформульовано мету роботи – визначення змісту робочої програми з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. У зв'язку зі скороченням обсягу навчального навантаження на 1–2 курсах переведення занять фізичним вихованням на старших курсах до розряду факультативних і самостійних призвело до того, що в переважній більшості здобувачів зникає інтерес до занять фізичною культурою і спортом, знижується рівень рухової активності, погіршується стан фізичної підготовленості, підвищується захворюваність. Відновлення дисципліни «Фізичне виховання» в ЗВО можливе за таких умов:

- 1) формування у здобувачів ціннісного ставлення до занять фізичною культурою і спортом як у навчальний, так і в позанавчальний час; ведення здорового способу життя; формування культури організації і проведення вільного часу, позаурочних занять із фізичної культури і спорту;
- 2) дисципліна «Фізичне виховання» повинна бути обов'язковою для здобувачів усіх спеціальностей в обсязі 4-х годин на тиждень для здобувачів 1–2 курсів та як мінімум 2 - х годин на тиждень для здобувачів старших курсів;
- 3) розвиток матеріально-технічної бази ЗВО; упровадження інноваційних педагогічних технологій у навчально-виховному і тренувальному процесі; проведення перепідготовки викладацького складу.

Ключові слова:

здобувач вищої освіти, фізичне виховання, заклад вищої освіти, програма, компетентності.

Resume:

Bakiko Ihor, Faidevych Volodymyr, Kovalchuk Volodymyr. Features of the work program in the curriculum discipline «Physical education» for bachelors.

The article examines the specifics of the work program in the discipline "Physical Education" of the first (bachelor's) level of higher education. It is indicated that during the last decade, an alarming situation has developed in higher education institutions of Ukraine: in most of them, the discipline "Physical education" was removed from the curricula of senior courses and remained only in 1-2 courses in the amount of 2 hours per week. As a result, the attendance of students of this discipline has significantly decreased, the level of their physical development, motor activity has decreased, and as a result, there is a deterioration of health, which poses a certain threat to the economy and national security of Ukraine. The purpose of the article is to determine the content of the work program in the discipline "Physical Education" of the first (bachelor's) level of higher education. In connection with the reduction of the educational load in the 1st-2nd years, the transfer of physical education classes in the senior years to the category of optional and independent led to the fact that the vast majority of students lost interest in physical culture and sports, the level of motor activity decreased, worsened state of physical fitness, increased morbidity. The restoration of the discipline "Physical education" in higher education is possible under the following conditions:

- 1) the formation of students' valuable attitude towards physical education and sports both in school and extracurricular time; leading a healthy lifestyle; forming the culture of the organization and spending free time, extracurricular activities in physical education and sports;
- 2) the discipline "Physical education" should be mandatory for applicants of all specialties in the amount of 4 hours per week for applicants of 1-2 courses and at least 2 hours per week for applicants of senior courses;
- 3) development of the material and technical base of institutions of higher education; introduction of innovative pedagogical technologies in the educational and training process; retraining of teaching staff.

Key words:

student of higher education, physical education, institution of higher education, program, competences.

Постановка проблеми. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти – складова частина гуманітарної освіти, що сприяє формуванню особистості майбутнього фахівця у процесі становлення його професійної компетенції. Як навчальна дисципліна «фізичне виховання» у закладах вищої освіти (далі – ЗВО) є актуальною для здобувачів усіх спеціальностей.

У сучасному суспільстві фізична культура молоді набуває статус субкультури, суть якої полягає у виконанні біологічної, інформативної, естетичної, комунікативної, гедоністичної, компенсаторної і низки інших, притаманних тільки фізичній культурі, функцій.

Мета фізкультурної освіти у ЗВО – задовольнити об'єктивну потребу здобувачів у засвоєнні системи спеціальних знань, набуті професійно значущі вміння та навички,

забезпечити гармонійний розвиток фізичних якостей.

Для досягнення мети фізичного виховання у ЗВО передбачено вирішення таких завдань:

1) всебічний розвиток фізичних здібностей і на цьому підґрунті зміцнення здоров'я та забезпечення високої розумової і фізичної працездатності;

2) оволодіння спеціальними знаннями, формування потреби у систематичних заняттях фізичними вправами з використанням різноманітних форм;

3) досягнення загальної фізичної підготовленості у межах вимог і норм, які відповідають обов'язковій програмі ЗВО;

4) забезпечення необхідної фізичної підготовленості у межах вимог обраного фаху;

5) знання основ організації і методики впровадження найефективніших видів рухової активності;

6) знання основ методики оздоровлення та фізичного вдосконалення традиційними і нетрадиційними засобами фізичної культури;

7) систематичне фізичне тренування з оздоровчим та спортивним спрямуванням;

8) освоєння організаційних умінь і навичок для проведення самостійних форм занять фізичної культури.

Основою державного стандарту фізичного виховання у системі вищої освіти є навчальні програми з фізичного виховання. Вони розробляються на підставі затверджених державних стандартів освіти різних рівнів підготовки та нормативних документів, які регламентують організацію навчально-виховного процесу у ЗВО, затверджуються Міністерством освіти і науки України як базові і визначають мінімальний рівень обов'язкової фізкультурної освіти, який держава гарантує на всіх етапах навчання.

Упродовж останнього десятиріччя в ЗВО України склалася тривожна ситуація: у більшості з них дисципліна «Фізичне виховання» була виведена з навчальних планів старших курсів і залишилася лише на 1–2 курсах в обсязі 2 години на тиждень. У результаті значно зменшилася відвідуваність здобувачами цієї дисципліни, знизився рівень їх фізичного розвитку, рухової активності, і, як наслідок, спостерігається погіршення здоров'я, що є певною загрозою економіці й національній безпеці України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За даними наукової літератури під час навчання у ЗВО в молоді у 4–5 разів зростає захворюваність органів зору; утричі збільшується кількість патологій опорно-рухового апарату та системи травлення; удвічі збільшується кількість нервово-психічних розладів; захворюваність у здобувачів удвічі вища, ніж у інших; загальна захворюваність молодих людей 3–4 курсів удвічі вища, ніж у здобувачів вищої освіти 1–2 курсів; кількість здобувачів спеціальної медичної групи збільшилася з 10% до 20–25%; у деяких ЗВО вона досягає 40% від загальної кількості молоді (Зінченко, 2017, с. 342; Круцевич, 2018, с. 65). Зауважимо, що така ситуація склалась не лише через низьку рухову активність здобувачів, зниження їхнього інтересу до фізичного виховання і до самостійних занять фізичними вправами, але й через велике розумове навантаження; відсутність повноцінного відпочинку; недостатнє забезпечення побуту; наявність шкідливих звичок, захоплення комп'ютерними іграми, розбалансоване і

неповноцінне харчуванням; зростання нервово-психічного напруження впродовж усього навчального року (Зінченко, 2017, с. 343; Загородній, 2017, с. 130).

Водночас аналіз нормативно-правових документів, спрямованих на рівень організації фізичного виховання у ЗВО України, зміцнення здоров'я молоді, підвищення рухової активності, формування здорового способу життя показав зацікавленість держави у формуванні та розвитку здорового молодого покоління, майбутніх фахівців і захисників Батьківщини (Круцевич, 2016, с. 109; Дух, 2018, с. 37). До таких документів слід віднести: Закон України «Про фізичну культуру і спорт» від 17.11.2009 року, «Про вищу освіту» від 01.07.2014 року, Указ Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016 Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», Наказ Міністерства освіти і науки України «Стратегія розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року» (опубліковано 17 липня 2019 року) тощо (Круцевич, 2018, с. 169; Грибан, 2020, с. 100).

Формулювання цілей статті – визначення змісту робочої програми з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. Актуальність впровадження програми з фізичного виховання зумовлюється соціальним замовленням сучасного суспільства на всебічно розвинуту гармонійну особистість фахівця, який має високий рівень здоров'я, необхідну фізкультурну освіту та фізичну підготовленість, спроможного до фізичного удосконалення, щоб відповідати вимогам освітньо-кваліфікаційної характеристики (Приходько, 2016, с. 215; Попрошаєв, 2019, с. 215; Пермяков, 2020, с. 215).

Здобувачі вищої освіти повинні знати: основи здорового способу життя; основи організації й методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності; основи методики оздоровлення і фізичного удосконалення традиційними і нетрадиційними засобами та методами фізичної культури; основи професійно-прикладної фізичної підготовки; основи фізичного виховання різних верств населення.

Здобувачі вищої освіти повинні вміти: систематично займатися руховою діяльністю з оздоровчою або спортивною спрямованістю; виконувати відомчі нормативи професійно-прикладної психофізичної підготовленості тощо.

Дисципліна «Фізичне виховання» забезпечує набуття здобувачами освіти компетентностей:

1. *Інтегральна компетентність* – здобувач вищої освіти здатний розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорії та методів відповідних наук, і характеризується комплексністю та невизначеністю умов;

2. *Загальні компетентності (далі – ЗК):*

ЗК 01. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 02. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 03. Здатність спілкуватися українською мовою (усно та письмово).

ЗК 04. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК 05. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 06. Здатність використовувати іноземну мову у професійній діяльності.

ЗК 07. Здатність працювати у команді.

ЗК 08. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 09. Навики здійснення безпечної діяльності.

ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища, реалізації концепції сталого розвитку людства.

ЗК 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 12. Здатність діяти соціально-відповідально та свідомо.

3. *Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (далі – СК):*

СК 01. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про будову тіла людини та механізми життєдіяльності її організму, фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.

СК 02. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з фізичного виховання та спортивної підготовки.

СК 03. Здатність до загальної орієнтації у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

СК 04. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних видів робіт з основ медичних знань, надавати долікарську допомогу особам під час виникнення у них невідкладних станів та патологічних процесів в організмі та методику фізкультурно-спортивної реабілітації таких осіб.

СК 05. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базових знань з історичних закономірностей та особливостей розвитку фізичної культури та спорту.

СК 06. Здатність використовувати різні методи та прийоми навчання, виховання та соціалізації особистості.

СК 07. Здатність визначати закономірності, розвиток і форми психічних проявів людини, а також формувати мотиваційно-ціннісні орієнтації особистості.

СК 08. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання із загальної теорії здоров'я та здатність до інтегрування знань про принципи, шляхи та умови ведення здорового способу життя.

СК 09. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

СК 10. Здатність здійснювати організацію діяльності з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, зокрема, зі спортивного туризму й орієнтування за топографічними картами та іншими засобами навігації.

СК 11. Здатність здійснювати виміри у відповідності до метрологічних вимог, біомеханічний аналіз, синтез, моделювання фізичних вправ та керування рухами людини.

СК 12. Здатність розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури і спорту.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач освіти повинен знати програмні результати (далі – ПР):

ПР 01. Методологічні та теоретичні основи побудови педагогічного процесу фізичного виховання.

ПР 02. Законодавчі та програмно-нормативні засади фізичного виховання.

ПР 03. Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання в установах системи фізичного виховання.

ПР 04. Основи побудови процесу навчання руховим діям і розвитку фізичних якостей.

ПР 05. Зміст, засоби та методи фізичного виховання.

ПР 06. Основи планування та педагогічного контролю у фізичному вихованні.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач освіти повинен вміти:

ПР 01. Творчо використовувати отримані знання з фізичного виховання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань.

ПР 02. Визначати завдання фізичного виховання.

ПР 03. Володіти основами методик навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей.

ПР 04. Володіти методами наукових досліджень з проблем фізичного виховання.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач освіти повинен володіти:

ПР 01. Знаннями в галузі загальної та вікової психології, вікових анатомічних, морфо-функціональних та індивідуальних особливостей розвитку дітей.

ПР 02. Культурою мислення; здатністю до узагальнення, аналізу, сприйняття інформації, постановки мети та вибору шляхів її досягнення; а також володіти спеціальною професійною термінологією.

ПР 03. Володіти способами осмислення й критичного аналізу наукової інформації.

У процесі фізичного виховання у ЗВО використовуються традиційні і нетрадиційні методи фізкультурної освіти та фізичного удосконалення. Добір методів здійснюється за розсудом викладачів з урахуванням фізкультурних і спортивних інтересів та індивідуальних особливостей тих, хто займається, рівня їхнього здоров'я, фізкультурної освіти, фізичної підготовленості, наявності умов для занять, екологічного добробуту. Забороняється використання у фізичному вихованні методів, пов'язаних з невиправданим ризиком для життя і здоров'я здобувачів вищої освіти, а також таких, які не відповідають етичним вимогам, формують культ насильства і жорстокості.

Основними методами контролю є: педагогічний контроль, самоконтроль, відвідування занять здобувачами, активна робота на занятті, здача контрольного нормативу.

Шкала оцінювання ECTS була розроблена для того, щоб допомогти ЗВО перенести оцінки, виставлені місцевим закладом. Вона надає додаткову інформацію щодо роботи здобувачів, а не замінює загальні оцінки. ЗВО вирішують самостійно щодо використання шкали оцінювання у своїй власній системі (табл. 1).

Висновки. У зв'язку зі скороченням обсягу навчального навантаження на 1–2 курсах переведення занять фізичним вихованням на старших курсах до розряду факультативних і самостійних призвело до того, що в переважній більшості здобувачів зник інтерес до занять

фізичною культурою і спортом, знизився рівень рухової активності, погіршився стан фізичної підготовленості, збільшилася захворюваність. Відновлення дисципліни «Фізичне виховання» в ЗВО можливе за таких умов:

1) формування у здобувачів ціннісного ставлення до занять фізичною культурою і спортом як в навчальний, так і в позанавчальний час; ведення здорового способу життя; формування культури організації і проведення вільного часу, позаурочних занять із фізичної культури і спорту;

Таблиця 1

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для заліку
90-100	A	зараховано
82-89	B	
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	
35-59	FX	не зараховано з можливістю повторного складання
0-35	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

2) дисципліна «Фізичне виховання» повинна бути обов'язковою для здобувачів усіх спеціальностей в обсязі 4-х годин на тиждень для здобувачів 1–2 курсів та як мінімум 2-х годин на тиждень для здобувачів старших курсів;

3) розвиток матеріально-технічної бази ЗВО; упровадження інноваційних педагогічних технологій у навчально-виховному і тренувальному процесі; проведення перепідготовки викладацького складу.

Перспективи подальших досліджень будуть полягати у вивченні досвіду організації та проведення занять із фізичного виховання в країнах ЄС.

Список використаних джерел

- Грибан, Г.П., Гринчук, О.М., Білоскаленко, Т.О. (2020). Управління процесом розвитку фізичних якостей студентів в освітньому процесі з фізичного виховання. *Педагогіка й сучасні аспекти фізичного виховання*. Краматорськ: ДДМА. 146 с.
- Дух, Т., & Романчишин, О. (2018). Теоретико-методична підготовленість студентів з навчальної дисципліни «Фізичне виховання». *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2, 37–43.
- Загородній, В.В., & Ярославська, Л.П. (2017). Обґрунтування організаційно-педагогічних заходів покращення фізичного виховання студентів на основі показників фізичної підготовленості. *Молодий вчений*,

References

- Hryban G. P., Grynchuk O. M., Biloskalenko T. O. (2020). Management of the process of development of physical qualities of students in the educational process of physical education. *Pedagogy and modern aspects of physical education*. Kramatorsk: DDMA. 146 p. [in Ukrainian]
- Duh T., Romanchyshyn O. (2018). Theoretical and methodological preparation of students in the discipline "Physical Education". *Sports Bulletin of the Dnieper Region*, 2, 37–43. [in Ukrainian]
- Zagorodniy V.V., Yaroslavskaya L.P. (2017). Justification of organizational and pedagogical measures to improve physical education of students on the basis of indicators

- 9 (49), 130–133.
- Зінченко, Н.М. (2017). Динаміка захворювань студентів у вищому навчальному закладі під час навчального року. *Вісник Черн. нац. пед. ун-ту імені Т. Г. Шевченка*, 143, 342–345.
- Круцевич, Т., & Малахова, Ж. (2018). Фізична підготовленість студентів у сучасних умовах навчання в медичних закладах вищої освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2, 65–68.
- Круцевич, Т., & Пангелова, Н. (2016). Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 3, 109–114.
- Круцевич, Т., Саїнчук, М., & Підлетейчук, Р. (2018). Причини політики девальвації фізичної підготовки в системі фізичного виховання в закладах освіти України. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 1, 169–174.
- Пермяков, О., Оніщук, Л., Йопа, Т., & Остапов, А. (2020). Сучасна система фізичного виховання в умовах ЗВО. *Професіоналізм педагога: теоретичні й методичні аспекти*, (13), 102–112. URL: <https://doi.org/10.31865/2414-9292.13.2020.222853>
- Попрошасв, О.В., Мунтян, В.С., & Білик, О.А. (2019). Питання реформування навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти України. *Молодий вчений*, 4.1 (68.1), 73–77.
- Приходько, В., & Чернігівська, С. (2016). Про потребу визначення місця «Фізичного виховання» у реформі вітчизняної вищої школи в контексті компетентнісного підходу. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 1, 215–20.
- of physical fitness. *Young scientist*, 9 (49), 130–133. [in Ukrainian]
- Zinchenko N.M. (2017). Dynamics of diseases of students in a higher educational institution during the academic year. *Bulletin of Chern. T. G. Shevchenko nat.ped.University*, 143, 342–345. [in Ukrainian]
- Krutsevich T., Malakhova Zh. (2018). Physical fitness of students in modern conditions of study in medical institutions of higher education. *Sports Bulletin of the Dnieper Region*, 2, 65–68. [in Ukrainian]
- Krutsevich T., Pangelova N. (2016). Modern trends in the organization of physical education in higher educational institutions. *Sports Bulletin of the Dnieper Region*, 3, 109–114. [in Ukrainian]
- Krutsevich T., Sainchuk M., Pidleteychuk R. (2018). Reasons for the policy of devaluation of physical training in the system of physical education in educational institutions of Ukraine. *Sports Bulletin of the Dnieper region*, 1, 169–174. [in Ukrainian]
- Permyakov O., Onishchuk L., Yopa, T., & Ostapov A. (2020). The modern system of physical education in the conditions of higher education institutions. *Teacher professionalism: theoretical and methodical aspects*, (13), 102–112. <https://doi.org/10.31865/2414-9292.13.2020.222853> [in Ukrainian]
- Poproshayev O.V., Muntyan V.S., Bilyk O.A. (2019). The issue of reforming the educational discipline "Physical education" in higher education institutions of Ukraine. *Young Scientist*, 4.1 (68.1), 73–77. [in Ukrainian]
- Prykhodko V., Chernihivska S. (2016). About the need to determine the place of "Physical education" in the reform of the domestic higher school in the context of the competence approach. *Prydniprovyia sports bulletin*, 1, 215–20. [in Ukrainian]

Відомості про авторів:
Бакіко Ігор Володимирович
 bakiko_igor@ukr.net
 Луцький національний технічний університет,
 вул. Львівська, 75, м. Луцьк,
 Волинська обл., 43000, Україна

Файдевич Володимир Володимирович
 volodifadya@gmail.com
 Луцький національний технічний університет,
 вул. Львівська, 75, м. Луцьк,
 Волинська обл., 43000, Україна

Ковальчук Володимир Ярославович
 v.kovalchuk@lntu.edu.ua
 Луцький національний технічний університет,
 вул. Львівська, 75, м. Луцьк,
 Волинська обл., 43000, Україна

doi: 10.33842/22195203-2024-02-15-2-31-114-118

*Матеріал надійшов до редакції 30. 09. 2023 р.
 Прийнято до друку 21. 10. 2023 р.*

Information about the authors:
Bakiko Ihor Volodymyrovych
 bakiko_igor@ukr.net
 Lutsk National Technical University,
 St. Lvivska, 75, Lutsk,
 Volyn region, 43000, Ukraine

Faidevych Volodymyr Volodymyrovych
 volodifadya@gmail.com
 Lutsk National Technical University,
 St. Lvivska, 75, Lutsk,
 Volyn region, 43000, Ukraine

Kovalchuk Volodymyr Yaroslavovych
 v.kovalchuk@lntu.edu.ua
 Lutsk National Technical University,
 St. Lvivska, 75, Lutsk,
 Volyn region, 43000, Ukraine

doi: 10.33842/22195203-2024-02-15-2-31-114-118

*Received at the editorial office 30. 09. 2023.
 Accepted for publishing 21. 10. 2023.*