

навчання в повному обсязі реалізуються соціокультурний та соціолінгвістичний компоненти. Ці компоненти розкривають величезний потенціал в реалізації стратегічної мети розвитку здатності студентів економічних спеціальностей до міжкультурної професійної комунікації, вільного оперування правилами й нормами лінгвокультурної спільноти, яка формується міжнародними професійними товариствами.

Л.І. Пегрова, доц. (ХДУХТ, Харків)

М.О. Левченко, ст. викл. (ХДУХТ, Харків)

АТЛЕТИЗМ ЯК РІЗНОВИД САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ХДУХТ

Входження України в цивілізоване світове співтовариство передбачає структурні реформи національної системи вищої освіти, спрямованої на забезпечення мобільності, працевлаштування на конкурентоспроможності фахівців у різних галузях. Втілення в життя ідей Болонського процесу сприятиме підвищенню якості підготовки кадрів, зміцненню довіри між суб'єктами навчання і виховання, забезпеченню відповідності європейському ринку праці, сумісності кваліфікації на вузівському та післявузівському етапах підготовки.

Сьогодні змінює вимоги до фізичної підготовки студентів, спонукає до визначення та усвідомлення ролі фізичної культури, як складової частини загальної культури, та необхідності вирішення проблем пов'язаних із здоров'ям.

Впровадження у вищих навчальних закладах III-IV рівнів акредитації кредитно-модульної системи організації навчального процесу неможливе без модернізації принципів фахової підготовки. Вони є основними положеннями для розробки педагогічних умов удосконалення підготовки фахівців фізичної культури і спорту з урахуванням специфіки їх діяльності й виступають базовими для інших.

Дворазових занять на тиждень за розкладом недостатньо для розвитку фізичних якостей та підтримки фізичного стану студентів як основної, так і спеціальної медичних груп. Необхідно впроваджувати додаткове самостійне виконання фізичних вправ за завданням викладача, але, у першу чергу, необхідно сформувати у студентів звичку до занять фізичними вправами.

Звичка до занять фізичними вправами повинна формуватись через освітні програми та високий рівень мотивації. На практичних заняттях із фізичного виховання необхідно паралельно надавати

теоретичні знання та методологію виконання фізичних вправ, що підвищить освітній рівень студентів і мотивацію до занять

Краса, сила і здоров'я нашого тіла – це новий культурний критерій людської цивілізації. Фізкультурна революція відбувається не в спортивних залах, а в людських розумах. Сильне тіло – це не естетична примха, а єдиний спосіб вистояти в наш час глобальних стресів: соціальних, інформаційних, екологічних і психічних. Саме самостійні заняття атлетизмом є тою обов'язковою частиною ефективності фізичного виховання в закладах вищої освіти.

Однією з умов успішної організації самостійної роботи студентів є активне сприйняття матеріалу. Існує велика різноманітність прийомів, способів активізації сприйняття матеріалу. Такими прийомами є: розкриття практичного значення виконання фізичних вправ; конкретизація мети заняття; фізіологічний зв'язок між фізичними вправами; зв'язок професійно-прикладних фізичних якостей з майбутньою спеціальністю.

Практика підтверджує, що організація самостійної роботи студентів відбувається успішніше, якщо студент усвідомлює значення виконання тієї чи іншої фізичної вправи, її вплив на організм та прикладне застосування набутих навичок і фізичних якостей.

Самостійна робота студентів є однією з основних форм занять, оскільки формує самостійність як рису особистості та готує до постійного самовдосконалення. Атлетизм – це саме той вид спорту та фізичного розвитку, саме ті вправи з використанням різних обтяжень для розвитку сили і форми окремих м'язів і тіла в цілому, яким із задоволенням займається сучасна молодь.

Тренувальні навантаження студентів є важливим питанням з огляду на означену проблему. Основним фактором, що визначає ступінь впливу тренувального заняття на організм, є величина навантаження. Чим вище навантаження, тим більше стомлення і зрушення в стані різних систем, що інтенсивно беруть участь у забезпеченні роботи. Величина навантаження в значній мірі відбивається й у характері відновних процесів. Після незначних навантажень вони протікають протягом десятків чи хвилин декількох годин. У той же час великі навантаження можуть викликати тривалий період відновлення, що досягає декількох доби. Розрізняють наступні види навантажень: мале, середнє, велике, надмірне.

Викладання фізичного виховання у ВНЗ, як навчальної дисципліни, повинно, окрім інших модулів, включати самостійну роботу, адже перехід національної освітньої системи вимагає переосмислення змісту навчальних програм та технології їх структурування.

Практика фізичного виховання свідчить, що лише застосування нових форм фізичної культури здатне активізувати процес усвідомленої і систематичної роботи по вдосконаленню особистості. Тому, чим більше буде нових форм роботи, ширший спектр їх дії, тим реальніше і ближче рішення цілей і задач, що стоять перед фізичним вихованням, в цілому, і викладачами зокрема.

А.М. Пляшешник, ст. викл. (*ХДУХТ, Харків*)

В.В. Москальов, ст. викл. (*ХДУХТ, Харків*)

М.В. Русанов, ст. викл. (*ХДУХТ, Харків*)

ВПЛИВ ОСВІТНЬОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ГУМАНІСТИЧНОЇ ТА КУЛЬТУРОЛОГІЧНОЇ ЦІННОСТІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТА

Низький рівень фізичного здоров'я більшості населення, у тому числі й студентів, дає підстави вважати, що наявна система фізичного виховання не спроможна повною мірою вирішити питання культури здоров'я особистості, поліпшення її фізичних якостей. Спроби використати фізичну культуру як засіб оздоровлення, без вироблення необхідності фізичного самовиховання, створюють лише передумови для деякої модернізації самого процесу формування фізичного розвитку людини, але не формування фізичної культури особистості.

Специфічна спрямованість у використанні засобів, методів, форм навчання та виховання у сфері фізичної культури призвела до розриву освіти й фізичної культури – студенти не повністю усвідомлюють та не сприймають фізичну культуру як життєво важливу цінність. Внаслідок цього фізична культура як навчальний предмет вузу не виконує повною мірою своєї важливої функції – формування дієвого відношення людини до власного фізичного удосконалення, а отже, характеризується зниженням інтересу у більшості студентів до фізкультурно-спортивної діяльності та зменшенням її престижу.

Система фізичного виховання студентів спрямована нині лише на вирішення проблем сьогодення – здачу контрольних та залікових нормативів, що не сприяє виробленню в них прагнення до самостійного вдосконалення, націлює на виховання слухняного виконавця, орієнтованого на дотримання вимог програми з фізичного виховання. За таких умов, – фізичної культури особистості не можна сформувати. Для цього необхідно змінити цільові установки сфери