

ОЗДОРОВЧА СПРЯМОВАНІСТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ: МІФИ, РЕАЛІЇ, ПЕРСПЕКТИВИ

У статті на підставі критичного аналізу сучасного стану фізичного виховання студентів розглядається методика визначення впливу занять фізичною культурою і спортом на стан соматичного здоров'я.

Стратегічна важливість сфери фізичного виховання студентської молоді зумовлена її тісним зв'язком з розвитком та зміцненням стану здоров'я і фізичного гарту майбутніх фахівців. Здоров'я нації було, є і залишається найвищою цінністю держави, передумовою стійкого і впевненого розвитку її економіки та культури.

Підготовка освічених і фізично здорових фахівців, здатних плідно працювати у нових соціально-економічних умовах, неможлива без широкого залучення студентської молоді до фізичної культури і спорту, до здорового способу життя.

Справедливість цих тверджень знаходить відображення у директивно-нормативних державних актах, які видані за роки незалежності України. Йдеться, в першу чергу, про Конституцію України, низка норм якої безпосередньо стосу-

ється засад фізичної культури і спорту та охорони здоров'я громадян, Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (1993 р.), Закон України «Про освіту» (1998 р.) і, нарешті, Президентську цільову комплексну програму «Фізичне виховання - здоров'я нації» (1998 р.).

У назві статті використано слово «міфи», яке, окрім основного значення, має ще й таке: «те, чого в дійсності немає».

Так ось, вищеназвані документи справді є міфами, адже задекларовані в них постулати, які стосуються безпосередньо фізичного виховання студентської молоді, так і залишаються нездійсненими пам'ятками міфотворчості урядовців.

На нашу думку, найбільшим міфом законодавчої творчості у галузі фізичної культури і спорту є Цільова комплексна програма «Фізичне вихо-

вання - здоров'я нації», затверджена Указом Президента України у вересні 1998 року.

Так, у цьому документі серед практичних заходів щодо фізичного виховання і фізкультурно-оздоровчої роботи у навчально-виховній сфері, які передбачені до здійснення у 1999-2000 роках, наприклад, залишається на папері введення 4 годин занять фізичним вихованням на тиждень протягом усього періоду навчання студентів, не внесені зміни та доповнення до системи Державних тестів і нормативів фізичної підготовленості, не затверджено Базову навчальну програму з фізичного виховання.

Особливо незадовільне становище спостерігається у вирішенні проблеми оздоровчого спрямування системи фізичного виховання студентської молоді, хоча воно проголошується пріоритетним в усіх директивних документах щодо фізичної культури і спорту.

Виходячи з цього, фізичне виховання студентів у рамках навчальної дисципліни «Фізичне виховання» необхідно розглядати як педагогічно-структурну систему, спрямовану на формування потреби до фізичного самовдосконалення та залучення студентів до здорового способу життя.

На нашу думку, ефективне функціонування такої структури можливе лише за умови визнання головного системоформуючого компонента, якому підпорядковані всі складові навчального процесу фізичного виховання студентської молоді. З усією очевидністю таким компонентом має бути здоров'я студента як найвища гуманістична цінність особистості та суспільства.

Саме стан соматичного здоров'я є тією системоформуючою категорією, яка безпосередньо характеризує гуманістичну спрямованість навчального процесу з фізичного виховання студентів, його організаційно-методичне забезпечення та, нарешті, вибір критеріїв оцінювання успішності з цієї навчальної дисципліни.

Поліпшення рівня соматичного здоров'я під впливом занять фізичною культурою і спортом повинно стати найпершим критерієм ефективності зусиль студента в оволодінні вимогами навчальної програми з фізичного виховання.

Виходячи з теми нашої статті, хотілось би повернути особливу увагу до вирішення проблеми оздоровчої спрямованості фізичного виховання студентської молоді. Адже ця проблема проголошується пріоритетною в усіх директивних документах щодо фізичної культури і спорту.

Який же сучасний стан вивчення оздоровчого впливу занять фізичним вихованням у вищих навчальних закладах України? Чи існують об'єктивні критерії оцінки рівня соматичного здоров'я

студентів? Чи встановлено державний контроль за станом та ефективністю фізичного виховання студентської молоді?

На жаль, треба констатувати, що у ВНЗ не створено структури, яка б опікувалася станом здоров'я студентів, хоча згідно з офіційними документами відповідальність за це покладено на ректора.

У щорічних звітах кафедр фізичного виховання, які надсилаються у статистичні органи - форма № 1-ФК, затверджена Наказом Держкомстату України від 16.09.98 р. № 308, є розділ п'ятий «Фізкультурно-оздоровча робота», в якому вимагається інформація лише про кількість студентів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

Більше ніяких зведень щодо характеристики стану здоров'я студентів звіт не вимагає. Таким чином, можна стверджувати, що державного контролю за станом здоров'я студентів не існує. За таких умов годі вимагати й відповідальності!

Чи існують об'єктивні критерії або показники, які б характеризували параметри соматичного здоров'я студентів? Треба зазначити, що у цій справі науковці України ще за часів СРСР були провідними, адже в Києві працював єдиний у колишній державі науковий заклад - НДІ медичних проблем фізичної культури. Тут були розроблені досить інформативні експрес-методи оцінки стану здоров'я осіб, які займаються фізичною культурою. Ці методики не втратили своєї науково-практичної цінності й можуть використовуватися як такі, що мають високу інформативність та незначні матеріальні витрати, пов'язані з їх упровадженням у навчальний процес із фізичного виховання студентів.

Особливо привабливою у цьому плані є система експрес-оцінки рівня фізичного (соматичного) здоров'я, розроблена професором Г. Л. Апанасенко (1998).

Як показали наші дослідження, ця система дуже добре «працює» у практиці фізичного виховання студентів.

Матеріальне забезпечення впровадження цього методу оцінки рівня здоров'я передбачає тонометр, ваги, секундомір і, звичайно, бажання викладача займатися цією справою. Ця система експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я студентів апробована нами на практиці й може бути цілком успішно впроваджена у навчальний процес з фізичного виховання.

Отже, можна констатувати, що для практичної діяльності кафедр фізичного виховання стосовно визначення оздоровчого впливу занять фізичною культурою і спортом існує цілком

доступна й ефективна методика її впровадження - вимога часу!

Адже цей захід відкриває можливість у кількісних показниках оцінювати рівень здоров'я студентів та його динаміку протягом навчання. Крім того, на підставі визначення динаміки зміни найважливішого показника ефективності фізичного виховання - рівня соматичного здоров'я

студента - створюється можливість об'єктивно оцінювати якість роботи кафедри фізичного виховання.

Таким чином, оздоровча спрямованість фізичного виховання з проблеми нереалізованої переходить у проблему цілком вирішувану. Для цього потрібні лише певні зусилля керівних органів і бажання викладачів.

1. *Апанасенко Л. Г., Попова Л. А.* Медицинская валеология.- К.: Здоров'я, 1998- 248 с.
2. *Шум М.* Застосування кількісних показників рівня здоров'я у процесі фізичної реабілітації // Теорія і методика фізичного виховання і спорту, № 2-3/2000- С. 104-107.
3. *Зелениук О. В.* Оцінка індивідуального соматичного здоров'я як компонент державного тестування рухової підготовленості студентів. Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації. Тези доповідей IV міжнародного наукового конгресу.- К., 2000.- С. 528.

O. Zeleniuk, V. Makarenya

PHYSICAL TRAINING AS MEANS OF STUDENTS' SANITATION: MYTHS, REALITIES, PERSPECTIVES

The article gives critique of the contemporary state of students' physical training and offers the methodology of evaluation of the sports influence on their somatic health.