

УДК 351:796.03

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14\(32\)-271-277](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14(32)-271-277)

Лелека Віталій Миколайович кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури та спорту, Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського, <https://orcid.org/0000-0001-5680-7784>

АМЕРИКАНСЬКИЙ ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СФЕРІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Анотація. У статті розкрито особливості американського досвіду організації фізичного виховання у сфері вищої освіти. Метою статті є вивчення американського досвіду щодо організації фізичного виховання у сфері вищої освіти. Зазначено, що всі програми фізичного виховання мають яскраво виражену спрямованість формування в дітей умінь і навичок здорового способу життя, на всебічний розумовий, психічний і фізичний розвиток молодого покоління. Одним із сучасних тенденцій у розвитку фізичного виховання та спорту є наукованість здобувачів освіти, так званому, «стилю життя», відмінно підтримувати себе в гарній формі, у їхньому подальшому житті.

У вищій освіті США пропонуються програми з фізичного виховання трьох видів: спортивно-орієнтовані, теоретичні та комплексні, що поєднують обидва компоненти. В американських коледжах та університетах навчальними програмами з фізичного виховання передбачено три рівні підпрограм, які емпірично враховують рівні підготовки студентів: низький (початківці), середній, високий. При цьому контрольні нормативи присутні лише для студентів середнього й високого рівня, що дозволяє диференціювати підходи до організації фізичного виховання, зробити його більш досяжним з точки зору фізичної готовності до виконання завдань, які ставляться на заняттях.

У результаті обстеження студентів науковцями виявлено, що досягнення оптимального рівня здоров'я та фізичного стану відбувається за рахунок виконання фізичних вправ, які покращують зовнішній вигляд і психічне здоров'я. Зазначено, що концептуальна інформація про переваги фізичної активності та здоров'я в поєднанні з практичною фізкультурною діяльністю може більш ефективно сприяти зміцненню здоров'я та покращенню фізичного стану молодих людей, ніж програми спортивно орієнтованого спрямування в чистому вигляді. Крім того, студенти навчаються в такому випадку ефективніше, шукаючи інформацію про здоров'я й фітнес.

Ключові слова: фізичне виховання, здобувачі освіти, фізична готовність, заклади вищої освіти, теоретична база.

Leleka Vitalii Mykolayovych Candidate of Pedagogical Sciences, associate professor of the Department of Physical Culture and Sports, V.O.Sukhomlynskyi National University of Mykolai, <https://orcid.org/0000-0001-5680-7784>

THE AMERICAN EXPERIENCE OF THE ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION IN THE SPHERE OF HIGHER EDUCATION

Abstract. The article reveals the peculiarities of the American experience in the organization of physical education in the field of higher education. The purpose of the article is to study the American experience in the organization of physical education in the field of higher education. It is noted that all physical education programs have a pronounced focus on the formation of children's abilities and skills of a healthy lifestyle, on the comprehensive mental, mental and physical development of the young generation. One of the modern trends in the development of physical education and sports is the teaching of education seekers, the so-called "lifestyle", to keep themselves in good shape in their later life.

There are three types of physical education programs offered in higher education in the United States: sports-oriented, theoretical, and comprehensive, combining both components. In American colleges and universities, physical education curricula provide three levels of subprograms, which empirically take into account students' training levels: low (beginners), medium, high. At the same time, control norms are present only for students of medium and high level, which allows to differentiate approaches to the organization of physical education, to make it more achievable from the point of view of physical readiness to perform the tasks that are set in classes.

As a result of the examination of students by scientists, it was found that achieving the optimal level of health and physical condition occurs due to physical exercises that improve appearance and mental health. It is noted that conceptual information about the benefits of physical activity and health in combination with practical physical activity can contribute more effectively to strengthening health and improving the physical condition of young people than sports-oriented programs in their pure form. In addition, students learn more effectively when searching for information about health and fitness.

Keywords: physical education, education seekers, physical readiness, institutions of higher education, theoretical base.

Постановка проблеми. На тлі реформування системи вищої освіти України намітилася досить загрозлива тенденція щодо виведення фізичного виховання з переліку обов'язкових для вивчення предметів, що висуває підвищені вимоги до його організації. Цей факт потребує удосконалення системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах для підвищення його

привабливості й конкурентоздатності. Доволі значним у цьому є досвід фізичного виховання у Сполучених штатах Америки (США), де досить ефективно діють кілька моделей його організації у закладах вищої освіти (ЗВО), які описані у наукових працях [1 – 4].

Виходячи з указаного вище, за нашими припущеннями залучення саме американського досвіду організації фізичного виховання у сфері вищої освіти здатне допомогти із розв'язанням відповідної проблеми у ЗВО України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Враховуючи той факт, що значна кількість молоді в США є студентами коледжів та університетів, фахівці ще понад 30 років тому визначили ці заклади як провідний майданчик для цілеспрямованого пропагування здорового способу життя і зміцнення здоров'я за рахунок введення різноманітних програм з фізичного виховання і рухової активності. Фізичне виховання тут викладається починаючи з дитячих садочків і шкіл, але результати дослідження його впливу на здоров'я студентів недостатньо представлені у літературі [1, 2].

Метою статті є вивчення американського досвіду щодо організації фізичного виховання у сфері вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. Цільовими установками фізичного виховання студентів у США передбачається, щоб випускник володів необхідними руховими навичками й уміннями, впевнено і правильно виконував вправи з використанням різних форм рухової активності, розумів переваги здоров'я і гарного особистого самопочуття. До спостережень, проведених під час цього дослідження, були залучені студенти, які займалися пішою ходьбою, волейболом і туризм. За даними опитування викладачів фізичного виховання американських вищих навчальних закладів 76% з них вважають, що фізичне виховання студентів має бути обов'язковим, а 24% – факультативним, але на жаль керівники університетів віддають перевагу факультативним заняттям, і рік від року кількість закладів з обов'язковим фізичним вихованням зменшується, що обумовлене високою вартістю фінансування [2, 4].

Лише близько 60% вищих навчальних закладів мають обов'язкові програми, а в понад 35% з них організовано факультативну форму фізичного виховання – на основі секційних занять видами спорту (баскетбол, американський футбол, бейсбол, теніс, боротьба тощо) в обсязі: 4-6 годин на тиждень; а також теоретичних курсів, спрямованих на збереження здоров'я. Безпосередня функція з організації фізичного виховання покладена на відповідні кафедри, а також спортивні клуби коледжів та університетів [1, 3].

В американських коледжах та університетах навчальними програмами з фізичного виховання передбачено три рівні підпрограм, які емпірично враховують рівні підготовки студентів [1, 2]:

- ❖ низький (початківці) – 70%,
- ❖ середній – 20%,

❖ високий – 10%.

При цьому контрольні нормативи присутні лише для студентів середнього й високого рівня, що дозволяє диференціювати підходи до організації фізичного виховання, зробити його більш досяжним з точки зору фізичної готовності до виконання завдань, які ставляться на заняттях.

У вищій освіті США пропонуються програми з фізичного виховання трьох видів: *спортивно-орієнтовані* на основі застосування спортивних ігор, тенісу, аеробної гімнастики та боротьби; переважно *теоретичні*, – для формування стабільних мотивів ведення здорового способу життя, та *комплексні*, що поєднують обидва компоненти. Спортивно орієнтовані програми з фізичного виховання у ЗВО почали функціонувати ще у 1860 році і набули широкого розповсюдження у наступні 12 років. На кінець XX століття цими програмами був охоплений кожен студент університету, а в середині 70-х років розклад більшості коледжів та університетів вже містив програми, переважно спрямовані на збереження здоров'я. Далі їх відсоток дійшов до 52%, тоді як спортивно орієнтовані складали 33% [1, 3].

Окремі автори свідчать, що на ступінь залучення до рухової активності, окрім розмірів груп, можуть суттєво впливати взаємовідносини між її членами. Так, великі групи й відсутність зв'язків усередині них, порівняно з меншими, мають більшу тенденцію до прояву неадекватних форм поведінки, пов'язаної зі збереженням здоров'я. Відповідно менші групи можуть бути більш зручними в контексті впливу на спосіб життя молодих людей і ставлення до власного здоров'я [4, с. 41].

У результаті обстеження понад 600 студентів науковцями виявлено, що досягнення оптимального рівня здоров'я та фізичного стану відбувається за рахунок виконання фізичних вправ, які покращують зовнішній вигляд і психічне здоров'я. Враховуючи вищезгадані результати, слід зазначити, що концептуальна інформація про переваги фізичної активності та здоров'я в поєднанні з практичною фізкультурною діяльністю може більш ефективно сприяти зміцненню здоров'я та покращенню фізичного стану молодих людей, ніж програми спортивно орієнтованого спрямування в чистому вигляді. Крім того, студенти навчаються в такому випадку ефективніше, шукаючи інформацію про здоров'я й фітнес [3, 4].

Опитування понад 79000 студентів коледжів виявили, що фізична активність і фітнес посіли третє рангове місце серед інформації стосовно здоров'я та безпеки, яку вони бажають отримати, наявна також потреба в інформації та послугах, пов'язаних зі здоров'ям і фітнесом у коледжах. Для реалізації потреби у веденні здорового способу життя студентів коледжів було розроблено проєкт «Хелсі кампус – 2010», авторами якого було намічено 87 сукупних цільових орієнтирів. У результаті тільки 43% з них було досягнуто, по 10% – не було зрушень, а 43% – погіршилися. Загальні результати проєкту засвідчили, що 23% студентів коледжу чоловічої та жіночої статі займаються

фізичною діяльністю високої інтенсивності, а 22,6% чоловіків і 41,3% жінок не займаються активною фізичною діяльністю. Ці висновки та спостереження збігаються з даними дослідників, які стверджують, що програми й курси зі здоров'я збереження повинні мати достатнє інформаційне забезпечення в коледжах (університетських кампусах) [2, 3].

F. Treiber зі співавторами представили дані про те, що студенти коледжів у малочисельних групах частіше беруть участь у фізкультурно-оздоровчих заходах за умови підтримки з боку однолітків, що свідчить про значний ступінь конформності такого роду груп [1, 4].

D. Siedentop вивчав результати впровадження оздоровчих і спортивно орієнтованих програм окремо, але у літературі немає даних про їх поєднання. Внаслідок аналізу змін у формуванні навичок здорового способу життя й ставлення до власного здоров'я серед випускників американських коледжів науковці засвідчили краще пролонговані результати оздоровчих програм у порівнянні зі спортивно орієнтованими. Як підсумок студенти коледжів, які займалися за оздоровчими програмами, виявились активнішими за рахунок усвідомлення переваг оздоровчого ефекту фізичних вправ [2, 3].

Для оптимізації управління системою фізичного виховання в закладах вищої освіти рекомендуємо дотримуватись розробленої нами моделі управління (рис. 1).

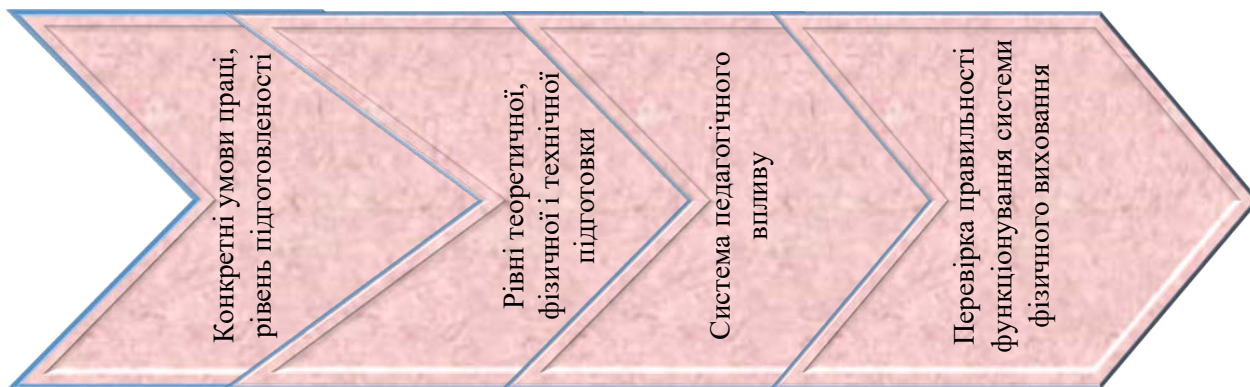


Рис. 1. Модель оптимізації управління системою фізичного виховання в закладах вищої освіти США

Згідно запропонованої моделі потрібно врахувати такі особливості освітнього процесу в ЗВО:

1. Врахувавши конкретні умови праці, рівень підготовленості учнів та індивідуальні особливості педагогів, необхідно здійснити корекцію мети ідеалу. Після цього трансформувати її в тактичну та оперативну мету.

2. Потім здійснити проектування бажаного стану рівнів теоретичної, фізичної і технічної підготовки у вигляді певних результатів. Щоб досягти бажаного стану потрібно визначити конкретні завдання щодо теоретичної

інформації, виховання фізичних якостей, опанування фізичних вправ передбачених шкільною програмою, врахування оздоровчих і виховних завдань.

3. Для розв'язання поставлених завдань педагог визначає систему педагогічного впливу на учнів, а саме - засоби, методи та умови праці.

4. Необхідно при цьому врахувати несприятливі фактори що будуть заважати правильній організації процесу фізичного виховання. Це негативне ставлення батьків або педагогів, друзів до фізичного виховання, порушення режиму дня, шкідливі звички.

5. Для перевірки правильності функціонування системи фізичного виховання в закладі середньої загальної освіти необхідно використовувати систему поетапного контролю за допомогою тестів оцінки знань, умінь, навичок, а також рівня соматичного здоров'я і фізичної підготовленості. В кінці слід провести комплексний аналіз та розробити практичні рекомендації.

Для покращення ефективності управління системою фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти необхідно збільшити обсяг рухової активності учнів в умовах школи із залученням всього педагогічного колективу і батьків. Для цього ми пропонуємо використовувати комплекс дитячих спортивних змагань «Старти здоров'я», забезпечити якісне проведення години здоров'я та використовували спортивні розваги у позаурочний час. Суттєво покращити ефективність управління системою фізичного виховання в ЗВО можна забезпечивши комплексний підхід до вирішення основних завдань фізичного виховання молоді, належний обсяг рухової активності здобувачів освіти та якісні умови функціонування системи фізичного виховання.

Таким чином, у США всі програми фізичного виховання мають яскраво виражену спрямованість формування в дітей умінь і навичок здорового способу життя, на всебічний розумовий, психічний і фізичний розвиток молодого покоління. Одним із завдань сучасних тенденцій у розвитку фізичного виховання та спорту є наочуваність здобувачів освіти, так званому, «стилю життя», відмінно підтримувати себе в гарній формі, у їхньому подальшому житті. Від того фізичне виховання є обов'язковою, незамінною складовою загального виховання.

Висновки. Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що проблема вивчення досвіду організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах США залишається актуальною хоча окремі її аспекти висвітлено у працях вітчизняних та зарубіжних науковців. Сучасними тенденціями розвитку фізичного виховання у закладах вищої освіти США є: скорочення кількості освітніх закладів із обов'язковим фізичним вихованням до 60%, низьке державне фінансування, переважання факультативних курсів у формі секцій з видів спорту.

Особливістю організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах США є відсутність стандартів фізичного виховання, відсутність обов'язкового фізичного виховання, переважне паралельне застосування навчальних програм різного змісту: спортивно орієнтованих, тих, що спрямовані на формування мотивів та інтересів до ведення здорового способу життя через засвоєння системи відповідних знань та програми змішаного типу. При чому навчальні заклади самі, без суворої регламентації керівних установ, обирають, – який саме різновид використовувати з урахуванням побажань студентів.

Порівняння наслідків реалізації спортивно орієнтованих та оздоровчих програм свідчить, що спортивно орієнтовані у поєднанні зі спрямованими на формування чітких мотиваційних установок ведення здорового способу життя більш ефективно сприяють зміцненню здоров'я та фізичного стану студентів у США, ніж програми у «чистому» вигляді.

Література:

1. Comprehensive School Physical Activity Programs: Helping All Students Achieve 60 minutes of physical Activity Each Day-American Alliance for HEALTH Physical Education, Recreation and Dance, 2013. P. 3-31.
2. Davis B., Bull R., Roscoe D., Physical Education and Study of Sport. Harcourt Health Sciences. 2002. 698 p.
3. Frank K. A. Ways in which intercollegiate athletics contribute to university success. North Carolina State University, 2002. P. 47-55.
4. Бондаренко А.В. Особливості фізичного виховання учнівської молоді в США. Наука та освіта в дослідженнях молодих учених : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. для студентів, аспірантів, докторантів, молод. учених, Харків, 14 трав. 2020 р. X. : ХНПУ, 2020. С. 40-42. Режим доступу : <http://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/3606>

References:

1. Bondarenko A.V. (2020). Osoblyvosti fizychnoho vykhovannia uchnivskoi molodi v SShA [Peculiarities of physical education of student youth in the USA]. Nauka ta osvita v doslidzhenniakh molodykh uchenykh : materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf. dlia studentiv, aspirantiv, doktorantiv, molod. uchenykh, Kharkiv, 14 trav. 2020 r. Kh. : KhNPU, 40-42. URL: <http://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/3606> [in Ukraine].
2. Comprehensive School Physical Activity Programs: Helping All Students Achieve 60 minutes of physical Activity Each Day [Comprehensive School Physical Activity Programs: Helping All Students Achieve 60 minutes of physical Activity Each Day]. (2013). American Alliance for HEALTH Physical Education, Recreation and Dance, 3-31 [in English].
3. Davis B., Bull R., Roscoe D. (2002). Physical Education and Study of Sport [Physical Education and Study of Sport]. Harcourt Health Sciences. 698 [in English].
4. Frank K. A. (2002). Ways in which intercollegiate athletics contribute to university success [Ways in which intercollegiate athletics contribute to university success]. North Carolina State University, 47-55 [in English].