

- футболістів / Паріш Мохаммадреза // XIV Междунар. науч. конгр. «Олимпийский спорт и спорт для всех». – К.: НУФВСУ, 2010. – С. 383.
3. Лоскутов А.Е. Медицинская реабилитация больных после артроскопии коленного сустава / А.Е. Лоскутов, М.Л. Головаха // Электронный ресурс. – режим доступа: <http://tvz.kiev.ua/wp-content/uploads/2010/05/orto/artroscopiya.pdf>
 4. Костенко В.П. Элементы фитнесу у комплексній реабілітації осіб із травмами колінного суглоба / В.П. Костенко // Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації. Збірник наукових праць XIV Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. – Переяслав-Хмельницький, 2016. – С. 326 - 328.

УДК 796/799

Улаева Лариса Александровна
Харьковский национальный экономический университет
имени Семена Кузнеця
(Харьков, Украина)

СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ

***Аннотация.** В статье поднимаются вопросы современного подхода к организации физического воспитания в вузе. Создание и внедрение свободных майноров для возможности индивидуального выбора студентами программы обучения с целью формирования компетентности и правильного отношения к здоровому образу жизни.*

***Ключевые слова:** оздоровительная реабилитация, двигательная активность, здоровый образ жизни, формирование компетентности.*

Ulaeva Larisa
Kharkov National Economic University of S. Kuznets
(Kharkov, Ukraine)

MODERN ASPECTS OF DEVELOPMENT AND PHYSICAL EDUCATION IN HIGH SCHOOL

***Abstract.** Raises questions about the modern approach to the organization of physical education in high school. Create free Mainor for the possibility of individual choice of courses the students to form a correct attitude towards a healthy lifestyle.*

***Keywords:** wellness rehabilitation, physical activity, healthy lifestyle, formation of competence.*

В современном мире люди все меньше замечают значимость занятий физическим воспитанием, каждый занят своими многочисленными важными делами. К сожалению, в наш век, стремительно развивающихся информационных технологий и наук, современный человек практически не

двигается, он занят умственным трудом, совсем забывая о физическом. Время, которое раньше распределялось на активный образ жизни – зарядку с утра, двигательную активность в течение дня, прогулки, тренировки, спортивные соревнования по различным видам спорта, сегодня заменены продолжительным просиживанием в интернете, занятием компьютерными играми, перепиской в социальных сетях. Двигательная активность человека снизилась в связи с модернизацией современного производства и условий жизни. По данным академика А.И. Берга, в прошлом веке затраты мышечной энергии в производстве составляли 94 %, а в настоящее время всего лишь 1 % [1]. При этом мало кто догадывается, что занятия физическими упражнениями напрямую связаны с работоспособностью человека, с умением концентрироваться и со скоростью выполнения любой работы. На сегодняшний день просто необходимо вспомнить о важности развития двигательных качеств, о влиянии занятий физическими упражнениями на личное здоровье. Ведь человек, который хотя бы несколько раз в неделю занимается своим телом, намного выносливее и активнее. В связи с этим повысилось внимание к здоровью граждан, а в частности к студентам. Молодые специалисты, распрощавшиеся со здоровьем еще в процессе обучения – это слабые работники, которые не смогут в полной мере выполнять свои обязанности, ввиду своего плохого физического здоровья, а вместе с тем и психического, так как эти две вещи непосредственно взаимосвязаны.

Нам следует вспомнить, что занятия физическим воспитанием способствуют укреплению здоровья, сохранению жизненно важных навыков, развивают физические способности и возможности человека, так же занятия физкультурой являются незаменимой профилактикой различных заболеваний. Благодаря физическим упражнениям укрепляется суставно-мышечный аппарат, снижается масса тела, что немало важно, при сердечно-сосудистых заболеваниях. В процессе тренировок в крови снижается содержание холестерина и кровь обогащается кислородом, нормализуется артериальное давление, начинает лучше функционировать центральная нервная система, кровоснабжение, организм становится более сильным, человек легче переносит большие физические нагрузки. Также есть эффект закаливания, повышение иммунитета, укрепляется сопротивляемость организма к различным экстремальным воздействиям и т.д. Из всего, что было перечислено, можно заметить, что занятия физическими упражнениями благоприятным образом сказываются на всех системах человеческого организма. Но более всего занятия важны для профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы [2, 3].

Исходя из вышеизложенного, в настоящее время, с целью обеспечения преподавания физического воспитания в высших учебных заведениях на должном уровне были предложены следующие базовые модели для решения этого вопроса или различные формы их сочетания: секционная работа, профессионально-ориентированная, традиционная и индивидуальная [4]. Кроме этого, по завершению формирования Научно-методического совета Министерства образования и науки Украины на ее рассмотрение был вынесен вопрос о перечне общих компетентностей двигательной активности для соискателей высшего образования различных ступеней. Также вышел Указ

президента Украины №42/2016 от 9 февраля 2016 года о национальной стратегии оздоровительной двигательной активности в Украине на период до 2025 года «Двигательная активность – здоровый образ жизни – здоровая нация».

Присоединение Украины в Европейское образовательное пространство требует реформирования системы образования с целью органической интеграции национальной системы образования в мировую. Указом Президента Украины от 4 июля 2005 № 1013 "О неотложных мерах по обеспечению функционирования и развития образования в Украине" (п.7) уже определен ряд мер, направленных на реализацию в Украине положений Болонской декларации, в частности, разработку и утверждение новых отраслевых стандартов высшего образования[5]. Одна из задач государственной программы определяет обеспечение доступа к высококачественному высшему образованию и мобильности выпускников высших учебных заведений на рынке труда, путем интеграции высших учебных заведений разных уровней аккредитации, научных учреждений и предприятий, внедрение гибких образовательных программ и информационных технологий обучения в соответствии с требованиями Болонской декларации.

Сравнительный анализ современных зарубежных образовательных систем и технологий, и научных разработок отечественных педагогов[6] позволил сделать вывод о том, что основными путями развития систем образования являются:

- постоянное обновление содержания высшего образования с целью более полного обеспечения потребностей общества;
- ориентация на обеспечение конкурентоспособности выпускников на рынке труда;
- формирование у студента профессиональных и социально-личностных качеств, позволяющих ему полностью реализовать свой интеллектуальный потенциал;
- углубление автономии и обеспечения академической независимости учебных заведений, усиление их связей с работодателями, как основными заказчиками специалистов;
- расширение академической мобильности студентов, позволит полнее реализовывать их интеллектуальный потенциал.

Работа специалиста любой специальности направлена на определенный объект (предмет) деятельности и заключается в выполнении определенных производственных функций. Она связана с конкретной системой деятельности и реализуется с помощью системы средств этой деятельности. То есть работа специалиста связана с конкретной технологией или является элементом этой технологии.

В условиях научно-технологической революции жизненный цикл современных технологий становится меньше, чем срок профессиональной деятельности специалиста. В этих условиях доминирующим в образовании становится формирование способности специалиста на основе соответствующего фундаментального образования перестраивать систему своей профессиональной деятельности с учетом социально значимых целей и нормативных ограничений – то есть формирование личностных характеристик

будущего специалиста. Если определить главную цель деятельности системы высшего образования – подготовку такого специалиста, то процесс обучения целесообразно организовывать таким образом, чтобы обеспечивался всестороннее развитие личности будущего специалиста. Средством формирования личности при этом становятся образовательные технологии, продуктом деятельности – личность выпускника высшего учебного заведения, который был бы компетентным не только в профессиональной области, но и должен занимать активную жизненную позицию, иметь высокий уровень гражданского сознания, был бы компетентным при решении любых задач, которые ставит перед ним жизнь [7].

В связи с этим стало возможным создание и внедрение в учебный процесс тренинг-курсов, майноров и свободных майноров по физическому воспитанию.

Свободный майнор предлагает возможность прослушать последовательно на втором и третьем курсе 4 дисциплины из разных предметных полей. Он пусть и не сформирует полноценного представления о новых для студентов направлениях и профессиях, но позволит расширить общий кругозор и познакомиться с разнообразием возможностей обучения в высшей школе.

Так как работа нашей кафедры по физическому воспитанию и спорту основывается на принципах научности, саморазвития, гуманизма, демократизма, преемственности, персональной и коллективной ответственности, коллегиальности и гласности обсуждения вопросов, отнесенных к ее компетенции, поэтому нами была разработана и предложена одна из дисциплин свободного майнора «Оздоровительная реабилитация».

Учебная дисциплина «Оздоровительная реабилитация» будет полезна будущим менеджерам, экономистам, финансистам, тем, кто собирается в течение жизни заниматься физическими упражнениями с целью профилактики заболеваний и травм.

Актуальность дисциплины состоит в том, что в последние годы наблюдается увеличение количества студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Сегодня это число составляет около 25% и более от общего числа студентов. Адаптация к интеллектуальным, физическим и нервным нагрузкам становится актуальной проблемой, требующей в высших учебных заведениях своего решения на протяжении всех лет обучения. Общее снижение психосоматического здоровья студентов должно привести к изменению комплексного системного пути укрепления здоровья, основанного на глубокой дифференциации, выборе лечебных педагогических технологий, форм организации учебного процесса, дозировке учебных нагрузок с учетом многих факторов. Важная роль в решении этой проблемы принадлежит «Оздоровительной реабилитации». Дисциплина будет способствовать сохранению здоровья, улучшению качества жизни, сокращению сроков временной нетрудоспособности.

Изучение этой дисциплины дает возможность студенту:

- овладеть системой знаний, связанных с теоретическими, методическими и организационными основами физической реабилитации;
- сформировать отношение к здоровому образу жизни;

- знать показания и противопоказания к применению лечебной физической культуры, и других средств физической реабилитации в предотвращении различных патологических процессов;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь в случае необходимости;
- восстановить и совершенствовать физическую работоспособность;
- повышать функциональное состояние систем организма, используя физические упражнения;
- уметь использовать профилактические меры для предотвращения простудных заболеваний;
- совершенствовать физические качества, необходимые в профессиональной деятельности будущего экономиста.

Целью учебной дисциплины является формирование у студентов компетентности относительно возможности использования общих мер профилактики и восстановления (в том числе коррекция и компенсация) нарушений или временно утраченных функций организма.

Для достижения цели поставлены следующие основные задачи:

- приобретение теоретических знаний, практических навыков владения методиками восстановления и сохранения здоровья;
- умение интерпретировать закономерности влияния средств физической реабилитации на организм человека для формирования научно-практических представлений о сохранении и укреплении здоровья лиц, занимающихся физическим воспитанием и спортом;
- умение разработать программу физической реабилитации и методики применения физических упражнений и психологических методов отбора средств и форм реабилитации с целью функционального восстановления психофизической дееспособности.

Изучение дисциплины сможет обеспечить формирование у специалистов способности применения средств физической реабилитации, лечебной физической культуры с профилактической целью.

При написании программы учитывались пожелания студентов, которые мы получили в период исследования их мнения и личностных интересов, используя анкетирование студентов группы физической реабилитации, обучающихся в нашем вузе [8].

Предметом нашего исследования является компетентный подход к организации физического воспитания в нашем университете.

Объект исследования – программа «Оздоровительная реабилитация», компетентность, которая будет формироваться у студентов, её составляющие.

В процессе преподавания учебной дисциплины основное внимание уделяется овладению студентами общей компетентностью (табл. 1.) Проанализировав составляющие предложенной нами компетентности, можно сделать выводы, что все они направлены на увеличение двигательной активности студента в процессе обучения, а значит на уменьшение отрицательного воздействия гиподинамии на человеческий организм.

Постоянная мышечная активность необходима, как залог здоровья и долголетия. Регулярные занятия физическими упражнениями дают возможность свести к минимуму вредные привычки.

Таблица 1

Общая компетентность, которая формируется у студентов после изучения учебной дисциплины

Название компетентности	Составляющие компетентности
Способность поддерживать общий уровень физической активности и здоровья для ведения активной социальной и профессиональной деятельности.	Определять факторы влияния и методы физического и духовного совершенствования человека
	Определять механизмы и методики поддержания собственного здоровья
	Оценивать и использовать систему сохранения человеческой жизни и здоровья на предприятии
	Определять составляющие элементы здорового образа жизни. Проводить анализ влияния мер здорового образа жизни на организм человека
	Определять способы повышения работоспособности, используя физические упражнения
	Осуществлять обоснованный выбор комплексов физических упражнений для совершенствования физических качеств в группе оздоровительной реабилитации
	Применять методики лечебной физической культуры при различных заболеваниях
	Осуществлять оценку и ответственность за состояние собственного здоровья
	Умение составлять и совершенствовать программы физической реабилитации
Осуществлять чередование умственной и физической активности	

Занятия физическим воспитанием оказывают оздоровительный и профилактический эффект, что является чрезвычайно важным, так как на сегодняшний день число людей с различными заболеваниями постоянно растёт.

Занятия физическим воспитанием должны входить в жизнь человека с раннего возраста и не покидать её до старости. При этом очень важным является момент выбора степени нагрузок на организм, здесь нужен индивидуальный подход. Ведь чрезмерные нагрузки на организм человека как здорового, так и с каким-либо заболеванием, могут причинить ему вред. Этому можно научиться, обучаясь по программе «Оздоровительная реабилитация».

Таким образом, занятия физическим воспитанием, первостепенной задачей которых является сохранение и укрепление здоровья, должны стать неотъемлемой частью жизни каждого человека.

Список использованных источников

1. Солодков А.С., Сологуб Е.Г. Физиология человека общая, спортивная, возрастная. — М.: Тера-спорт, 2001.
2. Смирнов В.Н., Дубровский В.И. Физиология физическое воспитание и спорт. Учебник для студентов средних и высших заведений. — М.: Владос-пресс, 2002.
3. Лукьянов В.С. О сохранении здоровья и работоспособности. — М.: Медгиз, 1952.
4. Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Лист МОН № 1/9-454 від 25.09.15 року
5. Указ Президента України від 04.06.05р. № 1013/2005 “Про невідкладні заходи щодо забезпечення функціонування та розвитку освіти в Україні”// Збірник нормативно-правових документів з вищої освіти, - Київ 2007. - 87 с.
6. Тенденции в реформировании высшего образования, развитии стандартизации и образовательных стандартов высшей школы в странах СНГ: Монографический сборник научных статей – М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2007. - 232 с.
7. Комплекс нормативних документів для розроблення складових системи галузевих стандартів вищої освіти: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти – Київ 2007.
8. Фізична культура, спорт та здоров'я: матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції (Харків, 10–11 грудня 2015 р.) [Електронний ресурс]. – Харків: ХДАФК, 2015. – 352 с. – Режим доступу: http://hdafk.kharkov.ua/docs/konferences/konf_10_12_2015.pdf - 260-262 с.

УДК 159.938.2:37.03:629.735(045)

Фотинюк Володимир Григорович
Національний авіаційний університет
(Київ, Україна)

**МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИЙ КОМПОНЕНТ ПСИХОФІЗИЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ
ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ АВІАЦІЙНОЇ ГАЛУЗІ**

***Анотація.** У статті на основі аналізу психологічної та педагогічної літератури, а також сучасної практики підготовки фахівців обґрунтовується мотиваційно-ціннісний компонент психофізичного потенціалу професійного розвитку студента у тісному зв'язку зі змістом навчання у ВНЗ.*

***Ключові слова:** психофізичний потенціал професійного розвитку студента, мотиваційно-ціннісний компонент, мотив.*