

## ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЗАКЛАДАХ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ

*Проаналізовано стан досліджуваної проблеми в науковій літературі, визначено місце і роль засобів фізичної культури в системі підготовки майбутніх робітників до виконання професійних обов'язків, забезпечення спеціалізованої фізичної підготовленості до обраного виду професійної діяльності.*

**Ключові слова:** фізична культура, професійно-технічні навчальні заклади, учні, рухові уміння і навички.

**Постановка проблеми.** Соціально-економічні перетворення в Україні охопили сферу виробничих відносин та професійного навчання, зокрема професійно-технічну освіту (ПТО), що готує робітників переважно фізичної праці. Специфічність закладів ПТО визначається процесом навчання молоді, отриманням загальноосвітніх та спеціальних знань, умінь та навичок і потребує відповідного стану здоров'я і фізичного розвитку, який сприятиме процесу адаптації до умов професійної діяльності забезпечуючи високу ефективність праці.

Збереження і зміцнення здоров'я та отримання молоддю якісної освіти належить до рангу пріоритетних завдань і національних інтересів. Величезну роль у цьому питанні відіграє раціональна рухова діяльність, яку можливо реалізувати на заняттях фізичною культурою.

Новий поштовх у науці, а саме, у галузі фізичної культури і спорту, зумовлений критичною ситуацією, що склалася в країні. Дуже мала кількість молодих людей залучено до занять різноманітними фізичними вправами і як наслідок відмічається різке погіршення стану їх здоров'я і працездатності в процесі навчання та невідповідність фізичної підготовленості учнів до вимог обраного виду професійної діяльності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Світовий досвід свідчить, що раціональна рухова активність людини запобігає захворюванням та поліпшує стан здоров'я, а фізична культура, як складова системи освіти відіграє важливу роль у виконанні соціального завдання суспільства з якісної підготовки молоді до трудової діяльності, активного життя та захисту Батьківщини [4, 5, 6, 7]. Фізична культура, як невід'ємна важлива частина загальної і фахової культури особистості сучасного фахівця забезпечує фундамент його добробуту і успіху в виробничій діяльності, збагачує людину не тільки фізично, а і духовно. Процес формування фізичної культури особистості йде через виховання позитивного ставлення до занять фізичними вправами в органічній єдності всебічного і гармонійного розвитку людини [4, 5].

Організаційно-педагогічну основу фізичного виховання учнівської молоді в системі ПТО України складає предмет "Фізична культура". Вона вводиться як обов'язкова дисципліна і визначається Державними стандартами освіти. Її зміст визначається навчальними програмами, що базуються на принципах прогностичної педагогіки й враховують вікові, анатомо-фізіологічні та функціональні особливості організму.

Аналіз науково-методичної літератури дозволяє стверджувати, що проблемі фізичної підготовки працівників різних галузей суспільного життя присвячено значну кількість праць науковців [6, 7, 9], зокрема учнів системи профтехосвіти [3, 8]. Разом з тим система фізичного виховання молоді на сучасному етапі стикається із все більшою кількістю проблем, одна з яких є матеріальне забезпечення, що в свою чергу позначається на ефективності проведення занять. Другою, реально великою є проблема спосіб життя молоді, який не є здоровим, а саме: шкідливі звички; нераціональне харчування (відсутність режиму прийому їжі, незбалансованість раціону, вживання неякісних продуктів); ігроманія та соціальні мережі вбивають інтерес ігор на свіжому повітрі та активного відпочинку.

Значна кількість батьків і педагогів не розуміють і нехтують можливостями засобів фізичної культури для гармонізації розвитку організму, покращення і збереження здоров'я, формування рухових умінь і навичок та підготовки до здобуття майбутньої професії тощо.

Тема роботи відповідає напрямку наукової програми кафедри фізичного виховання, яка входить до зведеного плану науково-дослідної роботи Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка "Методичні засади професійної підготовки майбутніх вчителів фізичного виховання до формування здорового способу життя сучасної молоді" (державний реєстраційний номер 0110U000020 від 29.01.2010 р.).

**Формулювання мети статті.** Проаналізувати стан досліджуваної проблеми в науковій літературі, визначити місце і роль засобів фізичної культури в системі підготовки майбутніх робітників до професійної діяльності.

**Виклад основного матеріалу.** Провідною метою навчально-виховного процесу у професійно-технічних навчальних закладах (ПТНЗ) є ідеал всебічно розвиненої особистості та орієнтує на широкий індивідуальний підхід [3, 6, 8].

Під час аналізу навчально-виховного процесу в закладах ПТО нами виявлено його основні завдання:

- підготовка майбутнього кваліфікованого робітника до активної участі у трудовій діяльності, виховання потреби працювати;
- виховання учнів на національних трудових традиціях, стимулювання потреби у набутті знань і професійної майстерності;

- створення умов для підвищення авторитету чесної, високопродуктивної праці, розвитку здібностей, самовизначення та громадського становлення;
- формування високої духовності, потреби постійного морального вдосконалення, оволодіння відповідними етичними знаннями, нормами поведінки, виховання поваги до людської гідності та честі дівчат і юнаків, уміння встановлювати морально чисті, доброзичливі та гуманні відносини між статями, психологічна підготовка до сімейного життя, формування культури сімейних відносин;
- формування правосвідомості і громадської відповідальності, непримириме ставлення і готовність до боротьби з антигромадськими проявами та злочинністю, порушеннями правопорядку в суспільстві;
- виховання основ естетичної культури і розвиток художніх здібностей, залучення до художньої самодіяльності, народних промислів, виховання потреби культурного самовдосконалення;
- виховання дбайливого ставлення до особистості та суспільної власності, природних багатств України;
- фізичне вдосконалення організму, зміцнення свого здоров'я, прагнення до постійного фізичного та духовного самовдосконалення.

Фізична культура учнів ПТНЗ спрямована на зміцнення здоров'я і має на меті всебічний розвиток фізичних і духовних якостей майбутніх робітників, підготовки їх до трудової діяльності. Систематичні заняття фізичними вправами оптимізують фізичну і психічну підготовленість молоді до праці, поліпшують працездатність, сприяють адаптації організму до умов професії [3, 7].

Навчально-виховний процес з фізичної культури, як органічна частина загального виховання, полягає в управлінні фізичним розвитком та фізичною освітою учнів за допомогою своїх основних засобів: фізичних вправ, гігієнічних та природних факторів.

Фізичне виховання дітей і молоді реалізується через фізкультурну освіту, фізичну підготовку, спортивне тренування, самостійні заняття та участь у масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходах.

Фізична підготовка – одна з важливих складових частин навчально-виховного процесу. Вона представляє собою процес, який спрямований на розвиток фізичних якостей та формування рухових умінь і навичок. Фізична підготовленість розглядається як результат процесу фізичної підготовки з використання основної форми занять фізичними вправами. Основними засобами фізичного виховання є фізичні вправи, оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори. При цьому забороняється використовувати засоби, що наносять шкоду фізичному і психічному здоров'ю учнів.

Метою дисципліни "Фізична культура" у ПТНЗ є послідовне формування фізичної культури особистості з основними завданнями такими як:

- зміцнення здоров'я, сприяння всебічному гармонійному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичного стану, працездатності, повноцінна життєдіяльність організму на протязі всього періоду навчання;
- формування у учнів розуміння ролі фізичної культури і спорту в розвитку особистості і підготовці її до професійної діяльності;
- набуття рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників ПТНЗ до життєдіяльності;
- здобуття спеціальних знань у галузі фізичної культури та спорту, основ здорового способу життя; формування умінь і навичок прикладного та спортивного характеру;
- виховання позитивних почуттів та переживань пов'язаних з руховою діяльністю і на цій основі формування інтересів, бажань та потреб до систематичних занять фізичними вправами;
- розвиток і виховання фізичних, моральних і вольових якостей, що забезпечують повноцінний характер рухової діяльності [3, 6, 7].

Формами організації фізичної культури в ПТНЗ є: урок фізичної культури, секції загальної фізичної підготовки, спортивні секції, заняття лікувальною фізкультурною, фізкультурно-оздоровчі заходи та фізкультурно-спортивні заходи.

Уроки фізичної культури – основна та найбільш спрямована форма організації навчальних занять, у співвідношенні до навчального плану вони проводяться по два уроки на тиждень по 45 хв. Забороняється використання засобів і методів у фізичному вихованні, пов'язаних з невинуватим ризиком для життя і здоров'я тих, хто займається, а також таких, які не відповідають етичним вимогам, формують культ насильства і жорстокості.

Система фізичного виховання базується на принципах індивідуального і особистісного підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого застосування різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення організму.

Фізичне виховання учнівської молоді ПТО забезпечується системою державних нормативних показників, які є критеріями його ефективності і якості та визначається у: рекомендованому обсязі рухового режиму; мінімальній кількості обов'язкових навчальних занять (в академічних годинах) на тиждень протягом всього періоду навчання; нормативами фізичної підготовленості; нормами матеріально-технічного і фінансового забезпечення з розрахунку на одного учня; санітарно-гігієнічними нормами проведення занять.

Фізичне виховання учнів передбачає медичне обслуговування, лікарський контроль; лікарсько-педагогічні спостереження; диспансеризацію; розподіл учнів на медичні групи.

Стан системи фізичного виховання обумовлюється економічними, політичними, соціальними, екологічними, культурними чинниками, а також ефективністю поставлених завдань, форм і змісту навчально-виховного процесу, який забезпечує якісне його функціонування.

Державні вимоги до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді розроблені відповідно до Законів України "Про фізичну культуру і спорт", "Про освіту", "Державної програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні" і спрямовані на їх реалізацію [1, 2]. Їх метою є визначення ідеологічних, науково-методичних і організаційних основ фізичного виховання та створення оптимальних умов для його ефективного функціонування.

Зв'язок фізичного виховання з практикою трудової діяльності найбільш конкретно втілюється у професійно-прикладній фізичній підготовці (ППФП) [6, 9].

Сутність основних задач ППФП:

- розвиток та вдосконалення рухових умінь, навичок та фізкультурно-освітніх знань, що сприяють освоєнню обраної професійної діяльності;
- інтенсифікація розвитку професійно важливих фізичних здібностей, забезпечення високого рівня дієздатності;
- підвищення ступеню резистентності організму відносно несприятливих впливів навколишнього середовища, в якому відбувається трудова діяльність, сприяння збільшенню його адаптаційних можливостей, збереження та зміцнення здоров'я.

Методика і задачі ППФП базується на послідовному втіленні загально педагогічних принципів та основних принципів і методів фізичної культури, конкретизуються вони в залежності від специфіки професії та особливостей учнівського контингенту. Найважливіше значення для раціональної побудови ППФП у цілому має забезпечення органічного взаємозв'язку, єдності загальної фізичної підготовки (ЗФП) і спеціальної фізичної підготовки (СФП). В залежності від того, якою була ЗФП учня під час проходження базового курсу фізичної культури у загальноосвітньому навчальному закладі та від того як вона проводиться надалі, багато в чому залежить і зміст ППФП.

Результатом навчання є загальна фізкультурна освіта, яка полягає в отриманні спеціальних систематизованих знань, рухових умінь і навичок, а також способів самостійного пізнання закономірностей рухової діяльності та вмінь використовувати їх у повсякденному житті і професійній діяльності.

**Висновки.** Модифікація змісту нинішньої системи фізичного виховання дітей і молоді стає найважливішою передумовою розвитку інноваційних процесів у сфері освіти.

Варто зазначити, що нині зміст та організація фізичного виховання в системі ПТО, незважаючи на значні досягнення, усе ж не можуть задовольнити зростаючі вимоги до фізичної підготовленості майбутніх робітників. Підвищення ефективності виробничого процесу також зумовлює необхідність реорганізації фізичного виховання і значного посилення ролі й місця ППФП.

**Перспективи подальших досліджень** вбачаємо дослідженні біомеханічних показників особливостей техніки виконання основних рухів учнів закладів ПТО автомобільного профілю.

### Використані джерела

1. Закон України "Про фізичну культуру і спорт" // Спортивна газета. 1994. – 29 січня. – С. 2 –6.
2. Закон України "Про освіту" // Освіта України : нормативно-правові документи. – К. : Міленіум, 2001. – С. 32.
3. Козерук Ю. В. Роль фізичної культури в системі професійно-технічної освіти при навчанні майбутніх фахівців робітничих професій / Ю. В. Козерук // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Вип. 91. Т.1. Серія : Педагогічні науки. – Чернігів : ЧНПУ, 2011. – № 91 – С. 200 – 202.
4. Куц О.С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівської молоддю. Ч.І. – Вінниця: Континент-ПРИМ, 1995. – 124 с.
5. Носко М. О. Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.09 / М. О. Носко – К., 2003. – 430 с.
6. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія / Л. П. Пилипей – Суми : ДВНЗ "УАБС НБУ", 2009. – 312 с.
7. Плиско В. И. Формирование готовности профессионала к деятельности в условиях, опасных для жизни: на материалах субъект-субъектной деятельности / В. И. Плиско. – К. : Науковий світ, 2002. – 306 с.
8. Топилко Н. Я. Підвищення рівня соматичного здоров'я учнів ПТУ засобами фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / Н. Я. Топилко ; Львівський держ. ін.-т фіз. культури. – Львів, 2011. – 20 с.
9. Раевский Р. Т. Професійно-прикладна фізична підготовка : навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів / Р. Т. Раевський, С. В. Халайджі. – О. : Наука і техніка, 2006. – 138 с.

*Plisko V.I., Kozeruk Y.V., Bulanov O.M.*

### PHYSICAL TRAINING AT PROFESSIONAL-TECHNICAL EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

*The paper discusses the significance of physical training for the future workers' ability to carry out their professional functions. The article highlights the issue of specific professionally oriented physical training.*

**Key words:** *physical training, professional-technical educational establishments, students, motor skills.*

*Стаття надійшла до редакції 27.09.2013 р.*