

підготовку більш конкурентоздатною, але для ефективної подальшої реалізації цього процесу необхідні системні заходи, які сприятимуть підвищенню якості навчання.

УДК 378.796.03

ПРОБЛЕМИ ДОСЯГНЕННЯ ВИСОКИХ СПОРТИВНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*Зайцев С.С., ст. викладач
Харківський національний автомобільно-дорожній університет*

В умовах упровадження вищої школи в європейську систему вищої освіти значно зростає роль розвитку фізичної культури, тому що тільки своєчасна зміна педагогічних технологій може забезпечити підвищення якості фізичної культури в цілому. Водночас останніми роками дедалі активніше поширюється думка, що спорт належить до жорстокого, часом нещадного виду діяльності, що вимагає від людини повного самозречення, жертв, пов'язаних із частковою або навіть повною втратою здоров'я тощо. І це при тому, що простір фізичної культури і спорту може бути як таким, що формує оптимальну самореалізацію (якщо всі його структурні компоненти актуалізовані), так і втратити свої формувальні можливості в іншому випадку.

Основна помилка зроблених кроків у модернізації фізичної культури - їхній абстрактний характер. Спроба змінити її цілі без урахування життєвих цінностей та інтересів студентської молоді призвела до зростання негативних оцінок студентами фізичного виховання. У нових

умовах ЗВО продовжують діяти в рефлекторному режимі, орієнтуючись, головним чином, на проблеми ресурсного забезпечення навчального процесу і меншою мірою займаючись обґрунтуванням стратегії розвитку фізичної культури. Тому сьогодні необхідно критично переосмислити сучасну теорію і практику фізкультурної освіти студентів.

Також на сьогодні не обґрунтовано шляхи посилення спортивного тренування студентів на основі збільшення обсягу змагальної практики, які б сприяли мобілізації ресурсів організму спортсменів і стимуляції адаптаційних процесів їхнього організму. Не визначено міру збалансованості фізичних та інтелектуальних навантажень, об'єм і якість відпочинку, харчування, засобів відновлення та стимуляції працездатності. Усе це призводить до погіршення фізичного та психічного здоров'я.

Так студенти, які присвятили себе заняттям спортом і досі активно займаються, але є і ті, які різко негативно ставляться до впливу спорту на здоров'я людини.

І це не випадково, набутий досвід спортивної діяльності негативно вплинув на їхнє здоров'я, тобто внаслідок занять спортом ці молоді люди набули не лише досвіду перемог і поразок, а й насамперед серйозних хронічних захворювань і відхилень у стані здоров'я. Аналіз характеру цих захворювань показав, що вони є типовими для певних видів спорту. Так, у деяких студенток, які мають високий розряд (майстер спорту, кандидат у майстри спорту) з художньої гімнастики типовим виявився сколіоз 3-го ступеня, хвороби суглобів тощо.

І це вже тенденція, яка свідчить про те, що багато тренерів формують досягнення високих результатів за рахунок всебічного гармонійного розвитку тих, хто займається, ще в групах початкової підготовки, злочинно порушуючи принципи спортивного тренування. Нині будь-який вид спорту може завдати непоправної шкоди здоров'ю, фізичному і психічному або соціальному благополуччю, якщо метою тренера буде тільки досягнення

високих спортивних результатів будь-якими шляхами, не зважаючи на їхню «ціну».

Усе це є серйозною причиною для того, що деякі види спорту втрачають свою популярність, деякі студенти втрачають інтерес до занять фізичною підготовкою зовсім, а ті, хто займається спортом, не прагнуть до високих досягнень. Адже результати злочинних помилок тренерів очевидні, а батьки потенційних спортсменів бажають бачити своїх чад високими і здоровими, чого сучасний спорт не гарантує.

Удосконалення спортивного тренування потребує оновлення засобів підготовки, діагностичного обладнання, вдосконалення методів педагогічного управління, які б враховували закономірності становлення спортивної майстерності та індивідуальних особливостей студентів.

Крім того, слід враховувати зайнятість сучасної студентської молоді: навчання, підготовка до іспитів, часом ще й робота. Присутність спорту в системі фізичної культури спрямовує, дає установку на конкретне осмислення низки питань:

- 1) збільшення аудиторного часу, що виділяється на заняття фізичними вправами студентів і використання його у вечірній час;
- 2) розвиток спортивної інфраструктури у ЗВО;
- 3) різноманітність форм залучення студентів до спортивних занять.

Для реалізації цих завдань зручний розвиток не загальних груп, а секційних: боротьба, фітнес, плавання тощо. При чому вибір програми занять має бути пов'язаний не тільки з інтересами студента, а й з його індивідуальною підготовкою та станом здоров'я. Такі заняття мають допомагати розвиватися самому студенту, тим самим захоплюючи все більше з себе, що свого часу призведе до високих результатів.

Спортивна спрямованість навчально-тренувального процесу визначає зміст комплексу педагогічних завдань, що забезпечують його структурну цілісність, посилення міждисциплінарних зв'язків. Вона передбачає комплексний вплив на чинники, що визначають темпи

підвищення спортивно-технічної майстерності студентів (оволодіння сучасною технікою й тактикою змагальної діяльності); комплексний розвиток спеціальних фізичних якостей; формування психологічної стійкості й націленості на досягнення високих спортивних результатів.

Найбільший ефект від перебудови навчального процесу на основі спортивного тренування - це саме інтенсифікація навчально-тренувального процесу. Вона містить у собі більш ефективне використання фізичних вправ з метою оволодіння студентами досконалою технікою рухової діяльності, підвищення темпів розвитку їхніх психофізичних здібностей і механізмів енергозабезпечення, що, власне, і визначають готовність студентів до досягнення високих результатів в обраному виді спорту.

Таким чином, початкова підготовка в системі вищих навчальних закладів має бути спрямована насамперед на зацікавленість студентів і на їхній всебічний розвиток. Лише після досягнення певних ступенів фізичного розвитку можливе досягнення високих результатів без шкоди для здоров'я як фізичного, так і психологічного.

Упровадження у вузівську практику розглянутого вище підходу має як прямі сприятливі наслідки для розвитку фізичної культури студентів, наприклад, ефективніше використання міждисциплінарних форм спортивної діяльності, зниження ризиків невинуватих втрат навчального часу, затрат ресурсів, так і непрямі, пов'язані з віддаленою спрямованістю спортивної діяльності студентів на досягнення гармонії тілесного та духовного розвитку та підвищенням якості навчально-тренувального процесу в формуванні спортивно-технічної підготовки і розвитку спортивно-технічних здібностей.

Література:

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. *Методика фізичного виховання різних груп населення*. Київ : Олімпійська література, 2003. Т. 2. 330 с.

2. Іващенко В.П. Теорія і методика фізичного виховання: підручник. Ч. 2. Черкаси : ЦНТЕІ, 2006. 467 с.

3. Горбуля В.О., Науменко С.В. Фізичне виховання та спорт у вищій школі. *За здоровий спосіб життя*. Тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Запоріжжя 19–20 жовтня 2005 року) Запоріжжя, 2005. С. 12–15.

UDC 378

LEARNING FOREIGN LANGUAGES IS ONE OF THE COMPONENTS OF THE HIGH QUALIFICATION OF A SPECIALIST

*Khoroshylova I.O., PHD, associate Professor,
Kharkiv national automobile and highway University*

Globalization of the world economy and the expansion of international relations cause an increase in the role of foreign languages in the modern world.

Formation becomes the effective factor of society development. The erudition of the person is today its developed ability to self-research and self-improvement of own forces, so that to adequately natural mission and social inquiries to find the place in life, comprehensively self-esteemation, to confirm himself in a society and the chosen job.

There is no doubt to stable, that foreign languages strongly enter into our life as command of time against integration processes between the states and growing quantity of contacts between citizens of the different countries.

On the modern stage of speed-up socio-economic development of society which is characterized by gradual integration of Ukraine in the European