

УДК 796.011.3:37

Грибан Г. П., д. пед. н., доцент  
Житомирський державний університет імені Івана Франка**КРИТЕРІЇ ТА РІВНІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ  
ВИПУСКНИКІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

**Анотація.** Установлено критерії та рівні готовності студентів вищих навчальних закладів до життєдіяльності з навчальної дисципліни «Фізичне виховання». Розглянуто фізкультурно-оздоровчі компетентності студентів у фізичному вихованні. Основними критеріями готовності майбутніх фахівців до впровадження засобів фізичної культури в життєдіяльність визначені мотиваційний, когнітивний і діяльнісний. Фізкультурно-оздоровчі компетентності студентів оцінено за високим, достатнім, середнім і низьким рівнями. Для формування у студентів власної фізичної культури, оволодіння загальними компетентностями у фізкультурно-оздоровчій діяльності запропоновані виховні, освітні і оздоровчі завдання навчально-виховного процесу з фізичного виховання.

**Ключові слова:** фізкультурно-оздоровчі компетентності, навчально-виховний процес, методична система фізичного виховання, мотиваційний, когнітивний, діяльнісний.

**Вступ.** Суспільно-історичний та економічний розвиток України спрямований на зміну в потрібному напрямі фізичних, розумових, морально-вольових та духовних можливостей людини і системи організаційних заходів, що визначають та регламентують розвиток фізичного виховання в суспільстві та системі освіти. Розвиток системи фізичного виховання в ВНЗ визначається потребами суспільства та окремих його членів і обумовлюється рівнем розвитку матеріально-виробництва, соціальними уявленнями про його мету, завдання, засоби, зміст і методи.

Ефективність методичної системи фізичного виховання у навчально-виховному процесі може бути визначена як ступінь відповідності досягнутих результатів прогнозованим. Загальний критерій ефективності функціонування методичної системи фізичного виховання визначається як сукупність часткових показників, які підвищують якість її впливу на процес формування у студентів фізкультурно-оздоровчих компетентностей.

Створення незалежної держави України призвело до повної реорганізації всіх сторін життя, а відповідно – системи освіти і виховання. Виникла термінова необхідність у перебудові системи фізичного виховання, насамперед у вищій школі, яка за короткий період історичної самостійності накопичила велику кількість нерозв'язаних проблем у сфері фізичного виховання студентської молоді. Більшість проблем Україна успадкувала з радянських часів. Нині в Україні ряд проблемних питань (через часті зміни уряду та найвищого органу у сфері фізичної культури і спорту, некомпетентність вищих посадовців) майже не вирішується.

Ефективна система фізичного виховання, за дослідженнями М. В. Дутчака [4], повинна відповідати таким вимогам: а) забезпечувати цілеспрямовану рухову активність усіх верств населення і на цій основі сприяти зростанню фізичної підготовленості, зміцненню здоров'я та профілактиці захворювань; б) гарантувати доступність і якість рухових оздоровчих послуг; в) здійснювати формування необхідних кадрових, фінансових і матеріально-технічних ресурсів, їх раціональне використання.

Окрім того, можна погодитися з О. В. Зеленюк та А. В. Биковою [7], що трансформація мети та завдань з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» до сучасних вимог, пов'язаних із перебудовою системи національної освіти у напрямку її інтеграції до європейського освітнього простору, має базуватися на двох філософських принципах, а саме: 1) принцип *epimelia* (із грецької – турбота про себе) – полягає в тому, що мотивацією до раціональної поведінки людини є, насамперед, турбота про себе, зміна самої себе: у випадку з фізичним вихованням – турбота про власне здоров'я та дотримання загальних засад здорового способу життя [10]; 2) принцип *kalokagathia* (із грецької – прекрасне і добре) – наголошує, що виховання людини має бути спрямовано на формування гармонії тіла і душі, створення фізично та духовно досконалої особистості.

Удосконалення системи фізичного виховання студентської молоді повинно також відбуватися в напрямку розвитку програмного, науково-методичного, нормативного і правового забезпечення, приведення освітніх стандартів і нормативів у відповідність до нових вимог і можливостей розвитку суспільства. Повинні бути істотно переглянуті й обґрунтовані критерії і нормативи оцінки з фізичного виховання студентів [5; 8; 9]. Система оцінювання студентів у фізичному вихованні має бути доповнена з урахуванням теоретичного і методичного аспектів [1; 2]. При цьому необхідно розробити нові *методичні системи фізичного виховання*, які розглядаються як науково обґрунтована структура, що встановлює норми і правила фізичного виховання студентів.

Важливим фактором створення інноваційної системи фізичного виховання у ВНЗ являється спрямованість на підготовку випускника нового типу, професійно компетентнісного у здійсненні здоров'язабезпечуючих заходів упродовж усього життя, а це, у свою чергу, передбачає зміну як змісту, так і цілей усього фізкультурно-освітнього процесу [6, с. 114]. У сучасній науковій літературі ефективність навчання згідно з компетентнісним підходом теоретично обґрунтовано, але в практику фізичного виховання фактично не впроваджено [11, с. 142]. Тому інноваційною системою формування у студентської молоді фізкультурно-оздоровчих компетентностей є



методична система.

Функціонування методичної системи фізичного виховання студентів ВНЗ обумовлено такими чинниками: 1) соціальними вимогами до підготовки фахівців; 2) метою та завданнями сучасної системи фізичного виховання; 3) принципами і змістом фізичної та ППФП до виробничої діяльності. На відміну від традиційної методичної системи, що ґрунтується в основному на підвищенні рівня фізичної підготовленості і складанні заліку з фізичного виховання студентами, нова система має базуватися на принципі «*фізкультурно-оздоровча освіта і рухова активність упродовж усього життя*» [3, с. 168–169].

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дослідження виконані за планом Міністерства аграрної політики і продовольства України за темою: «Теоретико-методичні засади оптимізації системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів України» (державний реєстраційний номер 0112U001618).

**Мета дослідження.** Виявити критерії та встановити рівні фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів-випускників ВНЗ.

**Матеріал і методи дослідження.** Перевірка ефективності результатів проведених досліджень здійснювалася шляхом тестування та анкетування студентів. Комплексна система оцінювання ефективності впровадження моделі методичної системи фізичного виховання студентів проводилася на кафедрі фізичного виховання Житомирського НАЕУ і передбачала програмно-цільовий підхід до забезпечення якості підготовки та інтеграції управління різними сторонами навчання і виховання студентів [3, с. 369–403]. Вона ґрунтувалася на загальних принципах теорії управління і передбачала забезпечення чіткої координації дій викладача і студентів експериментальних груп для отримання достовірної та об'єктивної інформації про ефективність запровадженої системи, прийняття обґрунтованих рішень з метою корегування навчального процесу.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Для виявлення ефективності методичної системи фізичного виховання студентів нами визначено критерії як ознаки, що засвідчують міру якісної фізкультурно-оздоровчої компетентності студентської молоді до їх професійної діяльності в соціумі. Під *фізкультурно-оздоровчими компетентностями* розглядаються внутрішні, потенційні, приховані психологічні новоутворення: знання, мотиви, уподобання, інтереси, уміння, навички, програми дій, система цінностей, ставлення до фізкультурно-оздоровчої діяльності, які виявляються у методичній компетентності з упровадження і передачі їх іншим членам суспільства, зокрема у процесі професійної діяльності та сім'ї.

Формування фізкультурно-оздоровчих компетенцій у студентів в умовах експериментального навчання проходило з точки зору *соціально-практичної обумовленості і значущості* (для чого вони необхідні в соціумі). Разом з тим зверталася увага на *сміслові орієнтації* студентів щодо компетенцій, їх *особистісну значущість* (для чого агроному, ветеринарному лікарю, економісту, екологу, інженеру тощо бути компетентним у фізкультурно-оздоровчій діяльності).

Для того, щоб досягти мети фізичного виховання, сформувати власну фізичну культуру, оволодіти за-

гальними компетенціями у сфері фізичної культури, студент протягом періоду навчання у ВНЗ має вирішити цілий ряд виховних, освітніх і оздоровчих завдань.

*Студент має розуміти:* роль фізичного виховання в розвитку людини і підготовці її до професійної діяльності; роль фізичної культури і спорту у суспільстві, у системі загальнолюдських цінностей, забезпечення здоров'я і фахової придатності; потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом.

*Студент має знати:* роль і значення фізичної культури в загальнокультурній і професійній підготовці студентів певного профілю; соціально-біологічні основи фізичної культури; науково-практичні основи фізичної культури і здорового способу життя; фізкультурно-оздоровчі системи фізичного виховання (теорія, методика, практика); професійно-прикладну фізичну підготовку в майбутній професійній діяльності.

*Студент повинен уміти:* скласти і провести комплекс ранкової гігієнічної гімнастики, комплекси виробничої гімнастики, організувати і провести самостійно тренувально-оздоровче заняття і визначити обсяг та інтенсивність фізичного навантаження; орієнтуватися в загальному масиві видів рухової активності та видів спорту; організувати і провести фізкультурно-оздоровчі і спортивно-масові заходи; працювати з науковою, навчальною, науково-популярною і методичною літературою в галузі фізичної культури і спорту.

*Студент має оволодіти:* мотиваційно-ціннісним ставленням і самовизначенням у фізичному вихованні з установкою на здоровий спосіб життя, самовдосконалення, самовиховання, потребу в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом; системою практичних умінь і навичок, що забезпечують збереження і зміцнення здоров'я, працездатність, психічне благополуччя, розвиток психофізичних здібностей і якостей особистості, самовизначення у засобах фізичної культури та спортивної діяльності; загальною і професійно-прикладною фізичною підготовленістю, що визначає психофізичну готовність до майбутньої професійної діяльності; методикою самоконтролю у процесі занять фізичними вправами.

Наведемо ряд компетенцій, що характеризують *специфічні методичні рівні* навчання у фізичному вихованні майбутніх фахівців (належать до сфери методичної компетенції під час роботи на виробництві), тобто оволодіння студентом: понятійно-термінологічним апаратом методики навчання фізичних вправ; організації, проведенням і суддівством спортивних змагань; особистісно орієнтованим вибором специфіки фізкультурно-оздоровчої діяльності; системою методичного інструментарію фізичного виховання (форми, методи, засоби, зміст, принципи) з метою доцільного і специфічного використання в забезпеченні дозвілля та проведенні фізкультурно-спортивних заходів серед працівників виробничого колективу; досвідом творчого використання фізкультурно-оздоровчої діяльності для досягнення особистих і професійних цілей.

Основними критеріями готовності майбутніх фахівців до впровадження засобів фізичної культури після закінчення ВНЗ були визначені *мотиваційний, когнітивний і діяльнісний*.

*Мотиваційний критерій* готовності студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності визначається як система усвідомлених та особисто набутих потреб і мотивів до здорового способу життя, що дає змогу



реалізувати індивідуальну програму саморозвитку, самовиховання і самоосвіти до об'єктивно заданої програми професійного й особистісного розвитку. Ознаками мотиваційного критерію є рівні готовності студентів до фізичної культури, бажання постійно вдосконалювати фізкультурно-оздоровчу і спортивну майстерність.

*Когнітивний критерій* готовності до фізкультурно-оздоровчої діяльності визначається як система опанування знань теорії і методики фізичного виховання, практики організації і проведення спортивно-масових заходів. Результатом цього є знання, вміння і навички.

*Діяльнісний критерій* готовності студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності становить собою комплекс особистісно набутих способів дій з формування індивідуального арсеналу рухових умінь і навичок, необхідних у житті, навчання кожного застосовувати набуті знання і навички у побуті та під час професійної діяльності. Критеріями виступали стан фізичної підготовленості, розвиток окремих фізичних здібностей, рівень професійно-прикладної фізичної підготовленості та наявність сформованих фізкультурно-оздоровчих компетентностей.

Фізкультурно-оздоровчі компетентності студентів оцінювалися за *високим, достатнім, середнім і низьким рівнями*.

*Високий рівень* готовності передбачає наявність у студента сформованої системи вмінь і навичок, вміння адекватно до завдань підбирати методи і засоби фізичного виховання. Студент активно використовує набуті знання, вміння та навички у повсякденному житті, виражений стійкий інтерес до фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності, систематично займається фізичною культурою та спортом, бере активну участь в організації і проведенні змагань, вміє підбирати методи і засоби фізичного виховання для впровадження у життєдіяльність.

*Достатній рівень* виявляється у тому, що майбутній фахівець має сформовану систему знань, умінь і навичок, володіє комплексом методів, використовує

повною мірою засоби фізичного виховання. Студент з *достатнім* рівнем використовує знання, вміння і навички у повсякденному житті, має стійкий інтерес до фізкультурно-оздоровчої діяльності, займається систематично фізичною культурою і спортом, усвідомлює необхідність у підвищенні своєї спортивної майстерності, не потребує зовнішнього стимулювання, готовий до впровадження сформованих знань, умінь і навичок у професійній діяльності.

*Середній рівень* виявляється у сформованості певних умінь і навичок фізкультурно-оздоровчої діяльності, проте відсутня їх система. Студент з таким рівнем має стійкий інтерес у використанні набутих знань, умінь і навичок до фізкультурно-оздоровчої діяльності, систематично займається фізичною культурою, має зацікавленість у підвищенні своєї спортивної майстерності.

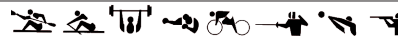
*Низький рівень* передбачає сформовані певні вміння і навички у студента, який володіє окремими методами, проте не повною мірою використовує засоби фізичного виховання. Майбутній фахівець характеризується наявністю фрагментарних уявлень у галузі теорії і практики фізичного виховання і спорту, потребує зовнішнього стимулювання діяльності у самоосвіті, несистематично займається фізичними вправами та спортом, не цікавиться роллю фізичної культури та спорту у майбутній професії, майже не використовує для цього засоби фізичного виховання.

**Висновки.** На основі експериментальних досліджень обґрунтовано критерії та показники сформованості фізкультурно-оздоровчих компетентностей випускників ВНЗ. Технологія оцінювання успішності студентів з фізичного виховання передбачає оцінювання фізкультурно-оздоровчих компетентностей за мотиваційним, когнітивним і діяльнісним компонентами, які мають високий, достатній, середній і низький рівні вияву.

**Перспективи подальших досліджень** спрямовані на створення моделі методичної системи фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей.

#### Список використаної літератури:

1. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів: монографія / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009 – 594 с.
2. Грибан Г. П. Модульно-рейтингова система у фізичному вихованні : [монографія] / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2008. – 106 с.
3. Грибан Г.П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів: монографія / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2012. – 514 с.
4. Дутчак М. В. Основні аспекти реформування системи фізичного виховання в Україні / М. В. Дутчак // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : [зб. наук. пр.] – Рівне : Ліста, 1999. – С. 158–162.
5. Єдинак В. Д. Вдосконалення нормативних основ фізичного виховання студентів груп загальної фізичної підготовки основного відділення вузу : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 24.00.02 / В. Д. Єдинак. – К. : УДУФВіС, 1997. – 24 с.
6. Завидівська Н. Н. Концептуалізація компетентісно-орієнтованого підходу в умовах фундаменталізації вищої фізкультурної освіти / Н. Н. Завидівська // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2010. – № 4. – С. 114–117.
7. Зеленюк О. Трансформація навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у контексті Болонської декларації / О. Зеленюк, А. Бикова // Молода спортивна наука України : [зб. наук. праць з галузі фізич. культури та спорту]. – Вип. 10. – Т. 3. – Львів : Українські технології, 2006. – С. 373–378.
8. Канишевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства / С. М. Канишевський – К. : ІЗМН, 1999. – 270 с.
9. Куц О. С. Історико-методологічний аналіз впровадження тестового контролю і оцінки фізичної підготовленості учнівської молоді / О. Куц, В. Стефанишин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : [зб. наук. праць]. – Вінниця, 2006. – С. 16–21.
10. Приходько В. В. Креативна валеологія. Концепція і педагогічна технологія формування технічних і гуманітарних спеціальностей як будівничих власного здоров'я : [навч. пос.] / В. В. Приходько, В. П. Кузьмінський : заг. ред. і передм. А. Г. Чічкова. – Дніпропетровськ : Нац. гірничий ун-т, 2004. – 230 с.
11. Чернявська О. А. Проблема реалізації компетентісного підходу у процесі фізичного виховання учнів професійно-технічних навчальних закладів / О. А. Чернявська // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 5(2). – С. 141–143.



Стаття надійшла до редакції 12.11.2013 р.  
Опубліковано: 30.12.2013. р.

**Аннотация. Грибан Г. П. Критерии и уровни физкультурно-оздоровительных компетентностей выпускников высших учебных заведений.** Установлены критерии и уровни готовности студентов высших учебных заведений к жизнедеятельности с учебной дисциплины «Физическое воспитание». Рассмотрены физкультурно-оздоровительные компетентности студентов в физическом воспитании. Основными критериями готовности будущих специалистов к внедрению средств физической культуры в жизнедеятельность определены мотивационный, когнитивный и деятельностный. Физкультурно-оздоровительные компетентности студентов оценены за высоким, достаточным, средним и низким уровнями. Для формирования у студентов собственной физической культуры, овладения общими компетентностями в физкультурно-оздоровительной деятельности предложены воспитательные, образовательные и оздоровительные задачи учебно-воспитательного процесса физического воспитания.

**Ключевые слова:** физкультурно-оздоровительные компетентности, учебно-воспитательный процесс, методическая система физического воспитания, мотивационный, когнитивный, деятельностный.

**Abstract. Gryban G. P. Criteria and levels of sport and health competence by graduates.** Criteria and levels of preparedness of university students to the life in the discipline «Physical Education» are ascertained. Sport and health competence of students in physical education is studied. Motivational, cognitive and active criteria are recognized as main criteria of preparedness of future professionals for the introduction of physical education in the life. Sport and health competence of students is assessed at high, satisfactory, middle and low levels. To develop own physical culture of students and to acquire general competence in sport and health activity, educational and healthy objectives for educational process in physical education are recommended.

**Keywords:** sport and health competence, educational process in physical education, methodical system of physical education, motivational, cognitive and active.

#### References:

1. Griбан G. P. Zhittediyalnist ta rukhova aktivnist studentiv [Ability to live and physical activity of students], Zhitomir, 2009, 594 p.
2. Griбан G. P. Modulno-reytingova sistema u fizichnomu vikhovanni [Module-rating system in physical education], Zhitomir, 2008, 106 p.
3. Griбан G. P. Fizichne vikhovannya studentiv agrarnikh vishchikh navchalnikh zakladiv [Physical education students of agricultural universities], Zhitomir, 2012, 514 p.
4. Dutchak M. V. Kontseptsiya rozvitku galuzi fizichnogo vikhovannya i sportu v Ukraini [The concept of physical education and sport in Ukraine], Rivne, 1999, pp. 158–162.
5. Yedinak V. D. Vdoskonalennya normativnikh osnov fizichnogo vikhovannya studentiv grup zagalnoi fizichnoi pidgotovki osnovnogo viddilennya vuzu : avtoref. kand. ped. nauk [Improving the legal basis of physical education students meeting the overall fitness of the main branch of the university : Authors thesis], Kyiv, 1997, 24 s.
6. Zavidivska N. N. Slobozans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2010, vol. 4, pp. 114–117.
7. Zelenyuk O., Bikova A. Moloda sportivna nauka Ukraini [Young sports science Ukraine], Vol. 10, iss. 3, Lviv, 2006, pp. 373–378.
8. Kanishevskiy S. M. Naukovo-metodichni ta organizatsiyni osnovi fizichnogo samovdoskonalennya studentstva [Scientific-methodological and organizational principles of physical self-improvement student], Kyiv, 1999, 270 p.
9. Kuts O. S. Fizichna kultura, sport ta zdorov'ya natsii [Physical education, sport and Health of the Nation], Vinnitsya, 2006, pp. 16–21.
10. Prikhodko V. V., Kuzminskiy V. P., Chichkova A. G. Kreativna valeologiya. Kontseptsiya i pedagogichna tekhnologiya formuvannya tekhnichnikh i gumanitarnikh spetsialnostey yak budivnichikh vlasnogo zdorov'ya [Creative valueology. The concept and technology of teaching technical and humanities as builders of their own health], Dnipropetrovsk, 2004, 230 p.
11. Chernyavska O. A. Slobozans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2012, vol. 5(2), pp. 141–143.

Received: 12.11.2013.

Published: 30.12.2013.

**Григорий Петрович Грибан**, д. пед. н., доцент, [gribang@mail.ru](mailto:gribang@mail.ru); Житомирский государственный университет имени Ивана Франка: ул. Большая Бердичевская 40, Житомир, 10008, Украина.

**Grigorii Gryban, Doctor of Science (Pedagogical)**, [gribang@mail.ru](mailto:gribang@mail.ru); Zhytomyr State Ivan Franko University: Velyka Berdychivska st. 40, Zhytomyr, 10008, Ukraine.

