

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

УДК 372.879.6А:42

Олена Аксьонова,
Ольга Рибалка*

Теоретичні засади використання системного підходу до формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ засобами баскетболу

*Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти (м. Запоріжжя),
Запорізький національний університет (м. Запоріжжя)

Постановка проблеми. Відповідно до потреб часу щодо модернізації вищої школи слід використовувати такі методики, підходи, технології, які б сприяли всебічному самовдосконаленню студентів. Йдеться про здійснення системного підходу. Використання системного підходу до освітнього процесу дає змогу виявити педагогічну систему з усіма її характеристиками: цілісністю, зв'язками, структурою й організацією, рівнями та їх ієрархією, керуванням і керованістю, метою і доцільним поведінням, самоорганізацією, функціонуванням і розвитком. Системний підхід до навчання і виховання студентів ВНЗ – це багатоієрархічне, високої складності утворення, динамічний спосіб поєднання однією ціллю дій суб'єктів та об'єктів педагогічного процесу для підвищення ефективності впливу освітнього середовища на формування якостей, вдосконалення здібностей, які необхідні для подальшої якісної життєдіяльності. В основі схеми пояснення системного підходу лежить пошук конкретних механізмів цілісності об'єкта, виявлення повної типології його зв'язків. Однак концепція системного підходу до формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ засобами баскетболу не має повного теоретичного пророблення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У багатьох дослідженнях із теорії фізичної культури та спорту трапляється використання системного підходу (М. Бриль, 1980; А. Николич, В. Параносич, 1984; Ж. Козіна, 2006). Зокрема, проблему відбору спортсменів (у баскетболі) пропонується розглядати як систему, використовуючи системний підхід та системний аналіз [1]. Означена позиція у цілому збігається з концепцією М. Бриля, який вважав, що системний підхід треба використовувати у процесі відбору спортсменів до занять усіма спортивними іграми. У дослідженнях Ж. Козіної актуалізується використання системного підходу в наукових дослідженнях у галузі спортивних ігор. Автор припускає розглядання організму спортсмена як системи [2].

Здійснивши аналіз літературних джерел за проблемою системного підходу, ми дійшли висновку, що означений підхід до формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ засобами баскетболу не має повного теоретичного пророблення. У роботах вищеназваних авторів, як і в більшості інших, не розглядається системний підхід до формування кондиційних здібностей студенток. Отже, для з'ясування теоретичних засад використання системного підходу до формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ засобами баскетболу у процесі фізичного виховання важливо визначити тлумачення основних понять дослідження.

Мета дослідження – з'ясування теоретичних засад використання системного підходу до формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ у процесі фізичного виховання засобами баскетболу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз формулювання понять “формування”, “кондиція”, “здібності” у літературних джерелах дав змогу систематизувати такі позиції (табл. 1).

Таким чином, *формування кондиційних здібностей* – складний цілеспрямований процес становлення індивідуальних психофізіологічних властивостей людини в процесі прояву певних якостей під час здійснення різного роду діяльності. Ми припускаємо, що системний підхід до формування

кондиційних здібностей – це сукупність взаємозалежних дій суб'єктів, спільне функціонування яких спрямовано на визначення й подальше вдосконалення індивідуальних психофізіологічних властивостей людини.

Таблиця 1

Систематизація тлумачень дефініцій у літературних джерелах

Поняття	Словникові тлумачення	Групування авторських позицій			Наша позиція
Формування (<i>formatio</i> – утворюю, формую, лат.)	вироблення в кого-небудь певної якості, риси характеру; набування рис завершеності, визначеності внаслідок розвитку, змінення	надання певної форми, завершеності у процесі становлення особистості	складний процес становлення людини як особистості, який відбувається в результаті розвитку і виховання	цілеспрямований процес соціалізації особистості, який умовно характеризується завершеністю	складний цілеспрямований процес становлення людини як індивідуально-соціальної цінності
Кондиція (<i>conditio</i> – умова, вимога, лат.)	норма, якість; відповідність до певних вимог; досягнення межі у чому-небудь	це сумарна фізична готовність (актуальна фізично-функціональна готовність), яка застосовується у позначенні стану тренуваності; має особливості, які вдосконалюються та піддаються впливу зовнішніх факторів	сума спеціальних функціональних проявів (природжених та придбаних), які відрізняють одного індивіда від іншого	вимога до різних здібностей індивідуума	інтегрований показник індивідуальних проявів людини у контексті ідеальних вимог до певного виду діяльності
Здібності	стійкі індивідуальні психічні властивості людини, які є необхідною внутрішньою умовою її успішної діяльності	індивідуально-психологічні особливості людини, які є суб'єктивними умовами успішного здійснення певного роду діяльності	властивість, особливість, що виявляється в умінні роботи, здійснювати що-небудь	це – продукт розвитку особистості, який створюється у межах діяльності	індивідуально-психологічні властивості людини, умова успішної реалізації певної діяльності
Кондиційні здібності	–	ідентифікуються з фізичними якістьями (силовими, швидкісно-силовими, витривалості, гнучкості, спритності тощо)	енергетичні здібності, які залежать від морфологічних факторів, біомеханічних і гістологічних перебудов у м'язах і організмі людини в цілому	сукупність індивідуальних властивостей людини, яка визначає ступінь успішності прояву певної фізичної якості в руховій діяльності	індивідуальні психофізичні властивості людини в процесі прояву певної якості під час здійснення різного роду діяльності

Наше дослідження присвячене формуванню кондиційних здібностей студенток I–IV курсів ВНЗ вікового діапазону від 17 до 24 років засобами баскетболу. У працях А. Магльованого, О. Кунинець, В. Хомишина, О. Дзівенко (2006) розглядаються соціально-психологічні та психофізіологічні особливості студентів. Автори доводять, що ефективне управління процесами навчання і виховання

неможливе без достатньо повного уявлення про об'єкт і суб'єкт педагогічної діяльності, про ті соціальні й психофізіологічні риси особистості студента, єдність яких характеризує те типове, що властиве студентству. Зокрема, А. Магльований виділяє три основних компонента, за якими характеризується студент як особистість: соціальний, психологічний, біологічний [3]. Дослідженнями доведено, що у віці 19–24 роки людина в умовах змагальної боротьби (на прикладі баскетболу) спроможна проявити найвищі фізичні та психічні можливості, максимально реалізувати індивідуальні здібності. Цей віковий період у розвитку особистості визначено як “зону оптимальних можливостей для жінок, які займаються баскетболом” (Л. Волков [4]). Автор О. Гавриленко (2007) у своїх дослідженнях довела, що заняття з баскетболу виховують спритність, підвищують психоемоційну стійкість до стресових ситуацій, сприяють розвитку витривалості й точності рухів, окоміру, різнобічного розвитку координаційних і кондиційних здібностей, психічних процесів (сприйняття, пам'яті, мислення, уяви та ін.), виховання моральних і вольових якостей. Автор В. Тригорлов (2007) вважає, що баскетбол ефективно сприяє досягненню високого рівня функціонування й надійності нервової, серцево-судинної системи, зорового й слухового аналізаторів, а також вихованню таких необхідних якостей, як загальна витривалість, спритність і координація рухів, специфічна вправність рук, пальців, швидкість реакції, розподіл і перемикання уваги, оперативне мислення, емоційна стійкість і ініціативність. Отже, аналіз літератури свідчить, що популярність баскетболу й широке його застосування в системі фізичного виховання зумовлюються, насамперед, економічною доступністю гри, високою емоційністю, значним видовищним ефектом, комплексним впливом на організм і виховання молоді. Баскетбол належить до нестандартних ситуаційних фізичних вправ з різкою змінною інтенсивності. У процесі гри інтенсивність рухів може бути максимальною або помірною, а в окремі моменти гри активна м'язова діяльність може бути припинена. Подібні зміни інтенсивності відбуваються безупинно, що визначається ситуацією, яка змінюється за умовами гри. У результаті складається своєрідний динамічний стереотип нервових процесів, що забезпечує швидкий перехід, перемикання функцій з одного рівня діяльності на інший, з високого на низький і навпаки. Означене вище зумовлює наш вибір засобів формування кондиційних здібностей у студенток ВНЗ.

З опорою на аналіз дефініції “*системний підхід до навчання і виховання*” у викладі різних авторів, ми визначаємо означене поняття як цілісне соціально-педагогічне утворення, у межах якого сумісно (сукупно) функціонують (взаємовпливають і взаємодіють) ієрархічно підпорядковані складові частини освітнього середовища з метою досягнення оптимально корисного результату. Тоді *системний підхід до формування кондиційних здібностей студенток засобами баскетболу* – це цілісно-педагогічне утворення, у межах якого сумісно (сукупно) функціонують суб'єкти освітнього середовища під час складного цілеспрямованого процесу становлення індивідуальних ієрархічно підпорядкованих кондицій студенток, які сприяють успішній реалізації різних ігрових функцій. Означені кондиційні здібності ми розглядаємо за п'ятьма рівнями, кожен із яких має певну підсистему [5] і розвивається за мотиваційним, самооцінним і операційними напрямками.

У подальшій дослідницько-експериментальній роботі ми спираємося на висновки досліджень А. Авер'янова [6], згідно з якими зазначаємо алгоритм здійснення теоретичного аналізу системи формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ засобами баскетболу:

- визначення складу, структури й організації елементів і частин системи, виявлення головних зв'язків між ними;
- виявлення зовнішніх зв'язків системи, виділення з них головних;
- визначення функції системи та її ролей серед інших систем;
- аналіз діалектики структури й функції системи;
- виявлення на цій основі закономірностей і тенденцій розвитку системи.

Висновки. Викладене у статті дає змогу визначити теоретичні засади використання системного підходу до формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ засобами баскетболу, а саме:

- формування кондиційних здібностей – складний цілеспрямований процес становлення індивідуальних психофізіологічних властивостей людини в процесі прояву певних якостей під час здійснення різного роду діяльності;
- віковий період 19–24 років співвідноситься із студентством і визначається як оптимальний етап прояву найвищих психофізичних можливостей, максимальної реалізації індивідуальних здібностей студенток;
- баскетбол – нестандартна ситуаційна фізична вправа, популярний, економічно доступний, високоемоційний засіб вправлення, якому притаманні найбільш видовищний ефект, комплексний вплив на організм і виховання молоді;

- системний підхід до формування кондиційних здібностей студенток засобами баскетболу – це цілісно-педагогічне утворення, у межах якого сумісно (сукупно) функціонують суб'єкти освітнього середовища під час складного цілеспрямованого процесу становлення індивідуальних ієрархічно підпорядкованих кондицій студенток, які сприяють успішній реалізації різних ігрових функцій.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі. Одним із завдань подальшого дослідження є розробка теоретичної моделі системного підходу до формування кондиційних здібностей студенток засобами баскетболу, технології для її реалізації.

Література

1. Аверьянов А. Н. Системное познание мира: Методологические проблемы.– М.: Политиздат, 1985.– 263 с.
2. Аксенова Е. П., Рыбалка О. И. Модель кондиционных способностей студенток с позиции системного подхода к их формированию средствами баскетбола // Физическое воспитание студентов творческих специальностей.– Х.; Белгород; Красноярск, 2006.– № 4.– С. 53–59.
3. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта.– К.: Олимп. лит., 2002.– 302 с.
4. Козина Ж. Л. Естественно-научные основы ведущих положений системного анализа процесса подготовки спортсменов // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях: Сб. ст. / Под ред. проф. С. С. Ермакова / II Междунар. электронная науч. конф.– Х.; Белгород; Красноярск, 2006.– С. 99–104.
5. Николич А., Параносич В. Отбор в баскетболе.– М.: Физкультура и спорт, 1984.– 144 с.
6. Фізичне виховання в здоровому способі життя студентів: Метод. рек. / Уклад.: А. В. Магльований, О. Б. Кунинець, В. П. Хомишин, О. А. Дзівенко.– Л.: ЛМНУ, 2006.– 17 с.

Анотації

У статті визначаються теоретичні засади використання системного підходу до формування кондиційних здібностей студенток ВНЗ у процесі фізичного виховання засобами баскетболу, обумовлюється алгоритм здійснення теоретичного аналізу означеного підходу.

Ключові слова: формування, кондиційні здібності, студентки, баскетбол, системний підхід.

Определяются теоретические основы использования системного подхода к формированию кондиционных способностей студенток ВУЗов в процессе физического воспитания средствами баскетбола, оговаривается алгоритм осуществления теоретического анализа означенного подхода.

Ключевые слова: формирование, кондиционные способности, студентки, баскетбол, системный подход.

The article determined the theoretical bases of using the system approach to the formation of the conditioned skills of students of higher educational establishment in the process physical education by means of basketball and the algorithm of the realization the theoretical analysis of the mentioned approach.

Key words: formation, conditioned skills, students, basketball, system approach.