

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ СУДНОВОДІІВ

MODERN PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL EDUCATION OF FUTURE BACHELORS OF NAVIGATORS

У статті авторкою проаналізовані сучасні проблеми розвитку фізичного виховання бакалаврів судноводіїв. Зазначено, що підготовка майбутніх фахівців морської галузі набуває сьогодні виключно важливого значення. Аналіз наукової літератури виявив широкий спектр підходів до вирішення проблеми покращення фізичного виховання у закладах вищої освіти, зокрема у Дунайському Інституті Національного університету

Одеська морська академія. Серед них можна виділити такі ключові напрямки: реформування змісту фізкультурно-оздоровчої освіти, вдосконалення організації фізкультурно-оздоровчої роботи та підвищення кваліфікації педагогічних кадрів. Варто зазначити, що сучасна система фізичного виховання здобувачів стикається з низкою проблем, серед яких: обмежені можливості для занять спортом, недостатнє фінансування, дефіцит кваліфікованих тренерів та обмежений доступ до спортивної інфраструктури. Все це негативно впливає на рівень фізичної активності здобувачів освіти, зокрема бакалаврів судноводіїв. Крім того, багато ЗВО мають обмежений доступ до спортивних майданчиків і обладнання, що обмежує можливості здобувачів для занять. Удосконалення системи фізичного виховання здобувачів може включати такі заходи, як створення більш широкого доступу до спортивних закладів і обладнання, залучення кваліфікованих викладачів для проведення тренувань та розвитку індивідуальних програм, а також впровадження регулярних фізичних іспитів та оцінювання фізичної активності бакалаврів судноводіїв. У процесі дослідження встановлено, що для ефективної підготовки майбутніх судноводіїв необхідно створити систему фізичного виховання, яка враховуватиме як загальні вимоги професії, так і індивідуальні особливості кожного здобувача. Ефективна система фізичної підготовки курсантів – це комплексна система, яка спрямована на розвиток фізичних якостей, необхідних для успішної роботи в морській галузі. Вона передбачає постановку чітких, вимірюваних цілей, розробку індивідуальних програм тренувань та постійний моніторинг результатів.

Ключові слова: освітній процес, бакалаври судноводіїв, виклики, морська галузь, фізична культура.

In the article the author analyzes the modern problems of development of physical education of bachelors of shipmasters. It is noted that the training of future maritime professionals is of great importance today. The analysis of scientific literature has revealed a wide range of approaches to solving the problem of improving physical education in higher education institutions, in particular at the Danube Institute of the National University of Odesa Maritime Academy. Among them are the following key areas: reforming the content of physical education, improving the organization of physical education and health work, and professional development of teaching staff. It is worth noting that the current system of physical education for students faces a number of problems, including limited opportunities for sports, insufficient funding, a shortage of qualified coaches, and limited access to sports infrastructure. All of this negatively affects the level of physical activity of students, including bachelor's degree students. In addition, many higher education institutions have limited access to sports grounds and equipment, which limits the opportunities for students to exercise. Improving the system of physical education of students may include measures such as creating wider access to sports facilities and equipment, attracting qualified teachers to conduct training and develop individual programs, as well as introducing regular physical exams and assessing the physical activity of bachelors of navigation.

The study found that for the effective training of future seafarers, it is necessary to create a system of physical education that takes into account both the general requirements of the profession and the individual characteristics of each applicant. An effective system of physical training of cadets is a comprehensive system aimed at developing the physical qualities necessary for successful work in the maritime industry. It involves setting clear, measurable goals, developing individual training programs, and continuously monitoring results.

Key words: educational process, bachelors of navigators, challenges, maritime industry, physical education.

УДК 378. 014

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/75.17>

Бондаренко І.В.,

ст. викладач кафедри гуманітарних дисциплін
Дунайського інституту
Національного університету
«Одеська морська академія»

Постановка питання в загальному вигляді.

Для успішної інтеграції в європейській освітній простір Україні необхідно реформувати систему вищої освіти, зосередившись на підвищенні якості освітнього процесу та стимулюванні пізнавальної активності здобувачів освіти. Це дозволить готувати висококваліфікованих фахівців, здатних успішно працювати в сучасних умовах. Проблема забезпечення належного рівня фізичної підготовки майбутніх бакалаврів судноводіїв є актуальною та багатогранною. Враховуючи специфіку професії,

яка вимагає високого рівня фізичної витривалості, координації рухів, стресостійкості та інших важливих якостей, фізичне виховання є невід'ємною складовою їхньої фахової підготовки. Однак, існують певні проблеми, які перешкоджають повноцінному розвитку фізичної культури в цій галузі.

Одним з ключових елементів підготовки бакалаврів судноводіїв є мотивація до регулярних фізичних навантажень. Це досягається шляхом демонстрації тісного зв'язку між фізичним здоров'ям та успішною професійною діяльністю.

Здобувачі повинні усвідомити, що регулярні заняття спортом не лише зміцнюють організм, а й підвищують їхню працездатність, покращують психологічний стан та, як наслідок, відкривають нові кар'єрні перспективи. Для ефективної підготовки майбутніх судноводіїв необхідно створити систему фізичного виховання, яка враховуватиме як загальні вимоги професії, так і індивідуальні особливості кожного здобувача. Заняття фізкультурою мають бути спрямовані на розвиток не лише фізичних якостей, а й на формування навичок, необхідних для успішної кар'єри. При цьому важливо враховувати поточний стан здоров'я молоді та майбутні професійні плани.

Аналіз наукових досліджень. Питання оптимізації фізичного виховання здобувачів є предметом постійних наукових дискусій та досліджень. Організаційно-педагогічне та методологічне підґрунтя вдосконалення системи фізичного виховання викладено у дослідженнях Т. Круцевич, О. Куца, Б. Шияна, Н. Семаль, Т. Петровської та інших. Аналіз наукових праць А. Драчук, С. Канишевського, М. Зубалій, Т. Круцевич свідчить про те, що основними причинами низької ефективності організації фізичного виховання у закладах вищої освіти (далі – ЗВО) є негативне ставлення здобувачів до фізичної активності, недостатня мотивація до занять спортом та недостатня увага до оздоровчих аспектів фізичної підготовки. Автори закликають до активнішої реорганізації системи фізичного виховання в ЗВО з метою підвищення ефективності тренувань, покращення фізичного здоров'я здобувачів та стимулювання їх до ведення здорового способу життя. Такий підхід дозволить зробити фізичну культуру невід'ємною частиною життя молоді та сприяти їх всебічному розвитку.

Як зазначає науковиця Н. Турчина: «Фізична підготовка є невід'ємною частиною здорового способу життя студента. Регулярні фізичні навантаження сприяють поліпшенню фізичних та розумових здібностей, підвищують енергетичний потенціал, покращують працездатність та стійкість до стресів» [7].

На думку О. Томащук «...недостатня фізична активність – це серйозна проблема сучасної молоді. Вона призводить не тільки до погіршення фізичного здоров'я, але й до зниження розумових здібностей та емоційного благополуччя. Регулярні фізичні вправи допомагають поліпшити всі аспекти життя студента: фізичний стан, розумові здібності та емоційне здоров'я» [6].

Мета дослідження. Проаналізувати сучасні проблеми розвитку фізичного виховання бакалаврів судноводіїв; розробити рекомендації, які дозволять підвищити якість освітнього процесу при викладанні фізичної культури.

Основна частина дослідження. У гуманістичному суспільстві здоров'я людини завжди було

і залишається найвищою цінністю. Тому фізичне виховання студентської молоді є не просто додатковою дисципліною, а інвестицією в майбутнє нації. Воно сприяє формуванню гармонійно розвинених особистостей, здатних до ефективної роботи та активного життя. Криза в національній системі фізичного виховання призвела до значного погіршення здоров'я та фізичної підготовленості української студентської молоді. Недостатнє фінансування, застарілі методики навчання та відсутність сучасного спортивного обладнання – це лише деякі з проблем, які спричинили таку ситуацію. Т. Круцевич і Н. Пангелова зазначають, що ситуацію, яка склалася ще до війни зі здоров'ям студентської молоді є «катастрофічною», а «сучасна система фізичного виховання перебуває в занепаді» [5].

Освітній процес закладів вищої морської освіти на рівні державного замовлення потребує постійного вдосконалення із врахуванням тенденцій розвитку освітньої галузі [2]. Фізична активність та інтелектуальний розвиток здобувачів тісно пов'язані. Вивчення сучасних технологій у сфері фізичної культури дозволить здобувачам не лише покращити фізичний стан, а й підвищити свою працездатність. Варто зазначити, що стимулювання пізнавальної активності здобувачів є не менш важливим для їхнього успішного навчання. Зокрема, впровадження інноваційних технологій у фізичне виховання здобувачів відкриває нові горизонти для персоналізації освітнього процесу [2].

Професійно-прикладні фізичні вправи відіграють ключову роль у підвищенні фізичної підготовленості та забезпеченні високої працездатності. Регулярні тренування спрямовані на розвиток сили, витривалості, координації та гнучкості, що дозволяє не тільки покращити здоров'я, а й підвищити ефективність у професійній діяльності.

Сучасні вимоги до бакалаврів судноводіїв вимагають високого рівня фізичної підготовки. У дослідженнях з питань підготовки майбутніх судноводіїв зазначається, що судноводій – це людина, яка відповідає за безпеку плавання судна, збереження вантажу, що перевозиться або пасажирів. Судноводій захищає інтереси судовласника і фрахтувальника [8]. Професійно-прикладні фізичні вправи дозволяють не тільки підтримувати здоров'я, але й розвивати ті фізичні якості, які необхідні для успішної роботи в морській сфері.

Глибоке розуміння фізіологічних та психологічних процесів, що відбуваються під час фізичних вправ, може значно підвищити мотивацію здобувачів до занять спортом. Коли здобувачі усвідомлюють, як фізична активність впливає на їхнє здоров'я, вони стають більш зацікавленими у регулярних тренуваннях [3].

Проаналізувавши ряд наукових досліджень [2; 5; 6; 9], автором встановлено, що для забезпечення

ефективного фізичного виховання здобувачів пропонується впроваджувати різноманітні моделі організації занять. Серед них важливо зазначити наступні:

Секційна модель: передбачає створення широкої мережі спортивних секцій та гуртків, що працюють за індивідуальними розкладами, дозволяючи здобувачам обирати вид спорту за своїми інтересами та фізичними можливостями.

Професійно-орієнтована модель: передбачає розробку спеціалізованих програм фізичної підготовки, які враховують специфіку майбутньої професії здобувача освіти. Це дозволяє не тільки покращити фізичний стан, але й розвинути необхідні для професійної діяльності якості.

Традиційна модель з елементами індивідуалізації передбачає збереження обов'язкового характеру фізичного виховання, але з наданням здобувачам більшої свободи у виборі видів фізичної активності. Майбутні фахівці можуть відвідувати як традиційні групові заняття, так і обирати індивідуальні програми тренувань у спортивних секціях, клубах та гуртках. Такий підхід дозволяє врахувати інтереси та фізичні можливості кожного здобувача.

Індивідуально-орієнтована модель пропонує персональний підхід до фізичного розвитку здобувачів. Завдяки співпраці з тьютором, здобувач отримує індивідуальні рекомендації щодо видів фізичної активності, розробляє персональний план тренувань та має можливість відвідувати різноманітні спортивні заходи. Такий підхід дозволяє максимально ефективно досягти поставлених цілей.

Сучасні проблеми розвитку фізичного виховання бакалаврів судноводіїв можна розглядати з кількох важливих аспектів, які впливають на підготовку цих фахівців у морській галузі. Навчання майбутніх судноводіїв супроводжується значним розумовим навантаженням, малорухливим способом життя та неправильним харчуванням, що негативно впливає на їхнє фізичне та психічне здоров'я. Враховуючи педагогічний авторський досвід та ряд наукових досліджень, відзначимо основні виклики [8; 9]:

Недостатня увага до спеціалізованої фізичної підготовки. Сучасні програми фізичного виховання у багатьох ЗВО можуть не враховувати специфіку професії судноводія. Робота в морі вимагає особливої витривалості, фізичної сили та адаптації до складних умов. Однак навчальні програми часто не адаптовані до потреб здобувачів, які готуються до роботи в морській сфері, де важливі вміння працювати в умовах стресу, фізичних навантажень і тривалої відсутності зручних умов.

Недостатнє використання інноваційних методів у фізичному вихованні. Технології швидко розвиваються, однак фізичне виховання часто

базується на традиційних підходах, що не враховують сучасні інноваційні можливості. Наприклад, використання цифрових технологій для відстеження фізичних показників, інтерактивних програм для підвищення мотивації до фізичних занять чи впровадження віртуальних тренажерів для симуляції реальних умов може значно підвищити ефективність підготовки майбутніх судноводіїв.

Низький рівень мотивації здобувачів до фізичних занять. Майбутні судноводії часто не усвідомлюють важливість фізичної підготовки для своєї професії, що призводить до зниження мотивації. Важливо формувати розуміння, що гарний фізичний стан – це не лише вимога професії, а й запорука особистої безпеки та ефективності під час роботи в складних умовах.

Вплив стресових умов і психофізичних навантажень. Робота судноводія вимагає не тільки фізичної сили, але й стійкості до психофізичних навантажень, стресу та втоми. Програми фізичного виховання повинні включати елементи підготовки до роботи в екстремальних умовах: вправи на витривалість, тренування в умовах змінної температури, робота зі стресом.

Необхідність інтеграції програм безпеки і рятувальних навичок. Фізичне виховання майбутніх судноводіїв повинно включати навчання рятувальним навичкам та екстремальним ситуаціям. Це стосується навчання плаванню, евакуації з суден, роботи з рятувальним спорядженням тощо. Без цього підготовка є неповною.

Організація індивідуалізованого та персоналізованого підходу. Бакалаври судноводіїв мають різні фізичні можливості, тому важливо враховувати індивідуальні особливості кожного при складанні програм фізичного виховання. Індивідуальні плани, що адаптуються під фізичний стан і потреби кожного здобувача сприятимуть ефективнішій підготовці.

Для подолання вищезазначених викликів автором розроблені рекомендації:

Індивідуалізація освітнього процесу: розробка індивідуальних програм тренувань з урахуванням фізичної підготовки, стану здоров'я та професійних планів бакалаврів судноводіїв.

Модернізація матеріально-технічної бази: оснащення закладів освіти сучасним спортивним обладнанням, створення спеціалізованих тренажерних залів для розвитку морських професій.

Підвищення кваліфікації викладачів, тренерів: проведення регулярних курсів підвищення кваліфікації для викладачів з фізичної культури, спрямованих на розвиток їхніх компетенцій у сфері морської галузі.

Формування мотивації: розробка мотиваційних програм, які б демонстрували здобувачам прямий зв'язок між фізичною підготовкою та успішною кар'єрою судноводія.

Використання сучасних інноваційних технологій. Використання смарт-пристроїв, таких як фітнес-трекери, дозволяє створювати індивідуальні програми тренувань, що враховують особливості кожного майбутнього фахівця та сприяють досягненню максимальних результатів. Сучасні технології дозволяють перетворити фізичну культуру на інтерактивну та персоналізовану гру. Завдяки використанню смарт-пристроїв, кожен здобувач може отримати детальний звіт про свої фізичні показники та відстежувати власний прогрес, що підвищує мотивацію та зацікавленість у заняттях спортом.

Інтеграція фізичної підготовки в інші дисципліни: включення елементів фізичної підготовки в навчальні програми інших дисциплін, наприклад, навігації, мореплавання.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, фізичне виховання у закладі вищої освіти є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури особистості бакалавра судноводія. Для ефективного вирішення проблем розвитку фізичного виховання майбутніх бакалаврів судноводіїв необхідний комплексний підхід, який включає в себе модернізацію матеріально-технічної бази, підвищення кваліфікації викладачів, розробку індивідуальних програм тренувань, а також формування мотивації у здобувачів. Тільки за таких умов можна забезпечити високий рівень фізичної підготовки майбутніх судноводіїв, що є запорукою їхньої безпеки та ефективної роботи на судах.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Башавець Н. А. Сучасні особливості педагогічного процесу фізичного виховання студентів вищих

навчальних закладів і рекомендації щодо його вдосконалення. *Наука і освіта*. 2016. № 4. С. 105–111.

2. Годлевський П. М., Саратовський О. В. Формування та стан здоров'я майбутніх фахівців водного транспорту засобами рухової активності. *Rehabilitation and Recreation*, 2021. 2(9). 37-46.

3. Гусак В., Слобожанінов П. Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання в Україні. *Імідж сучасного педагога*, 2013.(3). 3–5.

4. Круцевич Т., Пангелова Н. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. №3. 109–114.

5. Салатенко І. О., Харченко С. М. Сучасні проблеми фізичного виховання здобувачів економічних спеціальностей. *International Center of Scientific Research*. 2023. Р. 92–96.

6. Томащук О. Г., Сенько В. І. Організація фізичного виховання здобувачів закладів вищої освіти в сучасних умовах. *Наукова думка сучасності і майбутнього*. 2018. 2(4). 64-66.

7. Турчина Н. І. Сучасні особливості педагогічного процесу фізичного виховання здобувачів вищих навчальних закладів технічного профілю і рекомендації щодо його вдосконалення, Н. І. Турчина, Здоровий спосіб життя: зб. наук. статей. – Львів: ЛДУФК, 2007. № 22. С. 45–53.

8. Чабан В. О., Кущенко Ю. А., Круглик М. І., Саратовський О. В., Сокол, А. О. Формування майбутніх фахівців у системі навчальних освітніх програм «Безпека життєдіяльності», «Охорона праці» з фізичним вихованням курсантів. URL: http://www.mubip.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%9C%D0%A3%D0%91%D1%96%D0%9F_13_12_2021.pdf#page=138 (дата звернення 11.09.2024)

9. Чернявський В.В. Теоретичні і методичні засади навчання фізики майбутніх фахівців морського та річкового транспорту: дис. док. пед. наук: 13.00.02. Київ, 2017. 492 с.