

SECTION XXX. PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND PHYSICAL THERAPY

DOI 10.36074/logos-23.06.2023.77

НАПРЯМКИ ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Салатенко Іван Олександрович

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Сумський національний аграрний університет

УКРАЇНА

Дійсно, освітнє право в Україні базується на законодавчій базі, яка створена на основі конституції України. Організація навчально-виховного процесу з фізичного виховання та масового спорту у вищих навчальних закладах незалежно від їх підпорядкування, типів і форм власності базується на таких законах: «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт». Також цій сфері діяльності в Україні надається основа розвитку через національну доктрину розвитку освіти та Указ Президента України «Про пріоритети розвитку фізичної культури і спорту в Україні».

Існує необхідність трансформації вищої освіти в Україні з кількісних показників в якісні. Це передбачає перегляд навчальних програм та їх адаптацію до сучасних вимог, впровадження новітньої методики навчання та використання сучасних технологій. Також важливим аспектом є залучення студентів до активної пізнавальної діяльності, підтримка науково-дослідницької та науково-дослідної роботи. Це сприятиме підвищенню мотивації студентів та розвитку їх потенціалу. Інтегрування України у Європейський простір вищої освіти є важливим кроком у розвитку нашої країни [1].

Науковці правильно зазначають, що поточна програма з фізичного виховання застаріла і не приваблива для сучасного покоління студентів. Вона має велику кількість навантажень та контрольних нормативів, які можуть бути успішно виконані лише деякими студентами на "відмінно" або "добре". Це не сприяє позитивному та сприятливому ставленню студентів до занять з фізичної культури. Вони вимушені виконувати встановлені нормативи, хоча для визначення здатностей кожного студента до бігу, підтягувань чи стрибків має бути індивідуальний підхід [4].

Заняття з фізичного виховання мають низку корисних ефектів на здоров'я та розвиток індивіда. Вони сприяють зміцненню м'язово-скелетної системи, поліпшенню кардіоваскулярної функції, збільшенню витривалості та координації рухів. Крім того, фізична активність позитивно впливає на розумову діяльність, пам'ять та концентрацію. Регулярні тренування сприяють зниженню рівня стресу, покращенню настрою та самопочуття студентів. Заняття фізкультурою також викладають певні цінності, такі як дисципліна, відповідальність, командний дух та взаємодія з іншими учасниками. Ці навички є важливими для майбутньої професійної діяльності студентів, допомагаючи їм у вирішенні

завдань у колективі та досягненні поставлених цілей. Отже, фізична культура є необхідною складовою студентського життя, що сприяє підтримці здоров'я та гармонійному розвитку молодшої людини [2].

Розвиток сучасної системи підготовки фахівців у вищих навчальних закладах дійсно характеризується інтенсивністю навчального процесу та збільшенням обсягу інформації. Учні та студенти проводять багато часу на навчання, виконання завдань та підготовку до екзаменів. Це може призводити до психічного перевантаження та високого рівня стресу. Навчальні заняття та сесії стають все більш насиченими, а вимоги до якості знань зростають. Однак, в цьому процесі часто відсутній достатній рівень рухової активності, що може негативно впливати на фізичну підготовленість та стан здоров'я студентів. Також, можна відзначити, що професійна трудова діяльність вимагає своїх особливих зусиль і знань від спеціалістів, що часто призводить до розростання освітнього процесу. Отже, важливо забезпечити баланс між навчанням, фізичною активністю та здоров'ям студентів у такій системі підготовки фахівців [3].

Ми вважаємо що, для досягнення результатів у покращенні фізичної підготовленості та підвищенні рівня розвитку психофізичних якостей студентської молоді, потрібні нові підходи, засоби та технології, які враховують індивідуальні особливості студентів і сприяють їхній максимально ефективній реалізації інтересів, схильностей та здібностей. Один з можливих підходів - інтеграція інформаційних технологій у фізичну підготовку, наприклад, використання мобільних додатків та спеціалізованих програм для тренувань. Це дозволить студентам отримати персоналізовані рекомендації щодо вправ, програм тренувань, контролю за показниками фізичної активності та здоров'я. Крім того, важливо враховувати інтереси та схильності студентів, пропонуючи різноманітні види фізичної активності, які їм цікаві. Наприклад, можна організовувати спортивні змагання, групові тренування або заняття з вибраним видом спорту. Залучення кваліфікованих тренерів та психологів також може бути корисним, оскільки вони зможуть індивідуально співпрацювати зі студентами, враховуючи їхні потреби та цілі. Використання новітніх технологій і підходів допоможе студентам зробити заняття фізичною підготовкою більш захоплюючим та ефективним.

Список використаних джерел:

- [1] Лисяк В. М. Оцінка впливу фізичної культури та спорту на формування особистих якостей студентів [Текст] /В. М. Лисяк //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. науковий журнал – Харків : ХОВНОКУ, ХДАДМ, 2010. – № 8. – 132 с.
- [2] Кашуба В.О., Альошина А. І., Випасняк І. П., Іванішин І.М., Бондар О. М., Гончарова Н.М., Носова Н.Л., Лопацький С.В., Шанковський А.З., Вінтоняк О.В., Салатенко І.О., Матійчук В.І., Петрович В.В., Пірогова К.І., Ткачова А.І., Микитчик О.С., Іванішин І.М. Монографія. Корекція тілобудови людини в процесі занять фізичними вправами. Теоретичні та практичні аспекти. «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» 2022. – 536с.
- [3] Салатенко І. О. Вплив спортивно-орієнтованої технології фізичного виховання на рівень соматичного здоров'я та фізичної підготовленості студенток економічних спеціальностей / І. О. Салатенко / Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія (15) «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт» : зб. наукових праць; за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені Драгоманова, 2014. – Випуск 11 (52) 14. – С. 99–103.
- [4] Турчина Н. І. Педагогічні особливості моделей фізичного виховання студентів ВНЗ на різних курсах навчання [Текст] : дис... канд. наук : 24.00.02 / Турчина Наталія Ігорівна. – Київ : 2008. – 228 с.