

НАПРЯМКИ ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Салатенко Іван Олександрович

канд. наук, з фізичного виховання і спорту, доцент,

доцент кафедри фізичного виховання

Сумський національний

аграрний університет (Суми, Україна)

ORCID ID 0000-0002-4762-633X

Анотація. Висвітлено актуальні напрямки по вдосконаленню системи фізичного виховання студентів закладів вищої освіти. Розглянуто сучасний стан проблеми фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.

Ключеві слова: студенти, фізичне виховання, вдосконалення, вища освіта.

DIRECTIONS FOR IMPROVING THE PHYSICAL EDUCATION SYSTEM FOR STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Salatenko Ivan Oleksandrovych

PhD in Physical Education and Sport, Associate Professor

Associate Professor, Department of Physical Education

Sumy National Agrarian University

(Sumy, Ukraine)

ORCID ID: 0000-0002-4762-633X

Abstract. The current directions for improving the system of physical education of students of higher education institutions are highlighted. The current state of the problem of physical education of students of higher education institutions is considered.

Keywords: students, physical education, improvement, higher education.

Актуальність. Освітнє право в Україні ґрунтується на законодавчій базі, сформованій відповідно до положень Конституція України. Організація навчально-виховного процесу з фізичного виховання та масового спорту у закладах вищої освіти, незалежно від їх підпорядкування, типів і форм

власності, здійснюється на підставі нормативно-правових актів держави, зокрема законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», а також положень Національна доктрина розвитку освіти. Важливе значення у визначенні стратегічних напрямів розвитку галузі має Указ Президента України «Про пріоритети розвитку фізичної культури і спорту в Україні». Крім того, організація освітнього процесу регламентується Положення про організацію навчального процесу у закладах вищої освіти та іншими нормативними актами, що визначають особливості здійснення фізичного виховання в системі вищої освіти.

У сучасних умовах інтегрування України у європейську систему вищої освіти стратегічним завданням реформування вищої освіти України є трансформація кількісних показників освітніх послуг у якісні, що передбачає перегляд змісту вищої освіти та наповнення його новітнім матеріалом, упровадженню сучасних технологій навчання. Разом з тим нагальною потребою є підвищення зацікавленості студентів у якості навчання, заохочення кожного студента до активної пізнавальної діяльності на підставі посилення ролі навчально-дослідницької та науково-дослідної роботи [2].

Застосування сучасних засобів і методів інноваційних технологій фізичного виховання сприяє підвищенню зацікавленості студентів не лише у відвідуванні навчальних занять, а й формує потребу та навички самостійних занять фізичними вправами [7]. Важливим аспектом організації освітнього процесу є впровадження принципу диференціації у поєднанні з принципом індивідуалізації, що передбачає врахування індивідуальних особливостей студентів та їхнього вільного вибору видів рухової активності. Такий підхід дає можливість суттєво підвищити ефективність процесу фізичного виховання [3].

Провідні науковці у сфері фізичної культури та спорті [1;6] підкреслюють, що оптимізація процесу фізичного виховання можлива лише за умови впровадження у навчальний процес сучасних засобів, методів і педагогічних технологій.

Мета роботи: висвітлити сучасний стан проблеми фізичного виховання студентів ЗВО.

Результати досліджень та їх обговорення: Сучасний етап розвитку суспільства фізичної культури розглядається як один із важливих чинників формування, зміцнення та збереження здоров'я людини. Особливої актуальності ця проблема набуває серед студентської молоді, оскільки період навчання у закладах вищої освіти є важливим етапом становлення особистості та формування її життєвих і професійних компетентностей. Систематичні заняття фізичною культурою сприяють гармонійному розвитку особистості, підвищенню рівня фізичної підготовленості та підготовці молоді до майбутньої професійної діяльності.

Навчальна діяльність студентів характеризується вираженим гіпокінезійним і гіподинамічним характером, що зумовлено значним обсягом розумової праці та недостатнім рівнем рухової активності. Під гіпокінезією та гіподинамією розуміють стан недостатньої м'язової діяльності організму людини. Зокрема, гіпокінезія означає зниження рівня рухової активності, що супроводжується обмеженням просторових характеристик рухів, тоді як гіподинамія характеризується зменшенням сили скорочення м'язів. У звичайних умовах зазначені стани, як правило, поєднуються та негативно впливають на функціональний стан організму людини [1].

Таким чином, у процесі навчальної діяльності на організм студентів впливає комплекс несприятливих чинників, що призводить до виникнення різних відхилень у стані здоров'я, зниження функціональних можливостей організму та погіршення рівня фізичної підготовленості [1].

Відомо, що важливою умовою всебічного та особистісно орієнтованого розвитку людини є систематичні заняття фізичною культурою. У сучасних умовах це положення набуває особливої актуальності, оскільки для значної частини населення характерними є прояви гіпокінезія та психічного виснаження, зумовлені зниженням рівня рухової активності й підвищеними психоемоційними навантаженнями [4]. Значною мірою посиленню цих

негативних тенденцій сприяли наслідки пандемії COVID-19, а також умови воєнного стану в Україні, що суттєво вплинули на спосіб життя, рівень фізичної активності та психоемоційний стан населення.

Водночас у сучасної молоді недостатньо сформоване мотиваційно-ціннісне ставлення до занять фізичними вправами, що зумовлює потребу в подальшому пошуку ефективних педагогічних підходів до формування у студентів стійкої та позитивної мотивації до рухової активності [2]. У цьому контексті навчальна дисципліна «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти займає важливе місце в системі професійної підготовки майбутніх фахівців. Вона є невід'ємною складовою освітнього процесу та повинна вдосконалюватися відповідно до сучасних концептуальних засад розвитку вищої освіти, забезпечуючи зміцнення здоров'я студентської молоді та сприяючи оптимальному розвитку їхніх фізичних якостей.

Дослідження організації фізичного виховання у закладах вищої освіти засвідчило наявність дисбалансу між задекларованими цілями навчально-виховного процесу та фактичним рівнем залученості студентів до занять фізичною культурою і спортом [5].

Формування та реалізація мотивації до використання рухової активності у повсякденній життєдіяльності мають здійснюватися з урахуванням індивідуальних особливостей і потреб особистості. Водночас пріоритетного значення набуває формування у студентів стійкого переконання щодо необхідності систематичного застосування різноманітних форм фізичного виховання та спортивної діяльності [7].

Теоретичний аналіз науково-методичних джерел (О.Я. Кібальник, 2008; Н.В. Петренко, 2015; П.Ф. Рибалко, 2024 та ін.) засвідчив, що досягнення позитивної динаміки у підвищенні рівня фізичної підготовленості та розвитку психофізичних якостей студентської молоді потребує впровадження якісно нових підходів, засобів і технологій. Такі підходи мають відповідати індивідуальним особливостям студентів і забезпечувати ефективну реалізацію їхніх інтересів, нахилів і потенційних можливостей.

Водночас корекція фізичної підготовленості студентів у закладах вищої освіти повинна здійснюватися на основі використання різноманітних форм фізкультурно-оздоровчої діяльності з обов'язковим урахуванням мотиваційного чинника.

Висновки:

1. Нинішня система організації фізичного виховання у закладах вищої освіти не є достатньо ефективною для забезпечення належного рівня фізичної підготовленості, зміцнення здоров'я та формування стійкої мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом.
2. Досягнення позитивних змін у рівні фізичної підготовленості та розвитку психофізичних якостей студентської молоді потребує впровадження якісно нових підходів, засобів і технологій, які враховують індивідуальні особливості здобувачів освіти та забезпечують ефективну реалізацію їхніх інтересів, нахилів і здібностей.
3. Перспективним напрямом подальших досліджень є виявлення та аналіз ціннісних орієнтацій студентів щодо ведення здорового способу життя і тривалого збереження належного рівня фізичної форми.

Список використаних джерел | References:

1. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів закладів вищої освіти фізичного виховання і спорту: Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – Київ: Олімпійська література, 2008. – 368 с.
2. Лисяк В. М. Оцінка впливу фізичної культури та спорту на формування особистих якостей студентів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. журн. — Харків : ХОВНОКУ ; ХДАДМ, 2010. — № 8. — С. –53-55.
3. Лєко Б. Диференціація фізичного виховання у ВНЗ – шлях до спорту для всіх // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. у галузі фіз. культури і спорту. — Харків : ХДАДМ (ХХІІІ), 2003. — № 22. — С. 101–111.

4. Завидівська Н., Ополонець І. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів // *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. / за ред. А. В. Цьось. — Луцьк, 2010. — № 2. — С. 50–54.
5. Міщук Д. М., Бойко Г. Л., Анікеєнко Л. В., Єфременко В. М. Досвід використання новітніх технологій в організаційному та методичному забезпеченні дисципліни «фізичне виховання» у Національному технічному університеті України «КПІ» // *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. — 2010. — № 4. — С. 94–99.
6. Пехота О. М., Кіктенко А. З. *Освітні технології* : навч.-метод. посіб. — Київ : Видавництво А. С. К., 2003. — 255 с.
7. Долгова Н. О., Остапенко Ю. О., Торкіна А. О., Салатенко І. О. Зміна показників рухових якостей здобувачів вищої освіти з порушеннями зору засобами гри в голбол (2024). *Спортивні ігри*, №2 (32), 47–58.
ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161 DOI: 10.15391/si.2024-2.