

# СУЧАСНІ НАПРЯМКИ ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Салатенко Іван Олександрович

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Сумський національний аграрний університет

ORCID.ORG/0000-0002-4762-633X

(Суми, Україна)

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, упровадженням 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].

Провідні автори у сфері фізичного виховання наголошують, що діюча в теперішній час організація фізичного виховання в закладах вищої освіти недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я, професійно важливих психофізіологічних якостей значної кількості студентів [5].

Дехто з науковців також зазначає що, програма з курсу фізичного виховання застаріла і не цікава для сучасного покоління студентської молоді. Вона передбачає багато навантажень і контрольних нормативів, які можуть виконати на «відмінно», навіть «добре» не велика кількість тих хто навчається. Звісно, це є несприятливим фактором, тому студентам не цікаво на заняттях з фізичного виховання [2].

Сучасна система підготовки фахівців у закладах вищої освіти характеризується інтенсифікацією процесу навчання, збільшенням кількості інформації, сесій, високими вимогами до якості знань, психічною насиченістю навчальних занять, недостатнім обсягом рухової активності, і як наслідок,

недостатнім рівнем фізичної підготовленості, станом здоров'я, професійної трудової діяльності спеціалістів певного профілю [3].

Студентська учбова діяльність носить яскраво виражений гіпокінезійний і гіподинамічний характер. Під гіпокінезією й гіподинамією розуміють недостатність м'язової діяльності людини. Гіпокінезія означає зменшення рухової діяльності з обмеженням просторових характеристик рухів, а гіподинамія зменшення сили скорочення м'язів. У звичайних умовах ці стани, як правило, сполучаються. Таким чином, у процесі навчальної діяльності діє значна кількість негативних факторів, які негативно впливають на системи організму студентів і, як наслідок, викликають відхилення в стані здоров'я [1].

Теоретичний аналіз науково-методичної літератури показав, що для того, щоб поліпшити фізичну підготовленість, підвищити рівень розвитку психофізичних якостей студентів, потрібні принципово нові підходи, засоби та технології, котрі мають відповідати їх індивідуальним особливостям, сприяти максимально ефективній реалізації їхніх інтересів, схильностей та здатностей. Корекція фізичної підготовленості студентів у закладі вищої освіти має будуватися з використанням різних форм фізкультурно-оздоровчих занять з урахуванням мотивації до занять з фізичного виховання [4].

#### Література:

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. [Текст] – Т.2. – 13 с.
2. 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.
3. Пилипей Л. П. Ефективність проектування ППФП на основі сформованості мотиваційної сфери у студентів [Текст] / Л. П. Пилипей

//Збірник наукових праць з галузі фізичної культури та спорту «Молода спортивна наука України» – Львів : 2009, Вип. 13, Т.2. – С. 133-138.

4. Салатенко І. О. Вивчення мотивів та інтересів студентів до занять з фізичного виховання та спортом Грааль науки № 62: міжнар. наук. журнал. – Вінниця : ГО «Європейська наукова платформа»; НУ«Інститут науково-технічної інтеграції та співпраці», 2025. – No 62. –1410 с. С. 1350 – 1353

20.02.2026 | Vinnytsia, UKR - Vienna, AUT (Online <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.20.02.2026.165>)

5. 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.