

## **Модернізація процесу фізичного виховання студентів ВНЗ**

В. В. Мелюшкина, старший викладач, Сумський національний аграрний університет

У статті розглядається проблема модернізації фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів на основі програмних занять, які спрямовані на підвищення функціонального і фізичного стану студентів, зміцнення здоров'я і формування здорового способу життя, необхідних у майбутній професійній і повсякденній діяльності. Формування мотиваційних передумов до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

**Постановка проблеми та її актуальність.** Фізична культура і спорт у навчально-виховному процесі ВНЗ є засобом соціального становлення майбутніх фахівців, активного розвитку їхніх індивідуальних і професійно значущих якостей, досягнення фізичної досконалості.

Одна з найважливіших проблем фізичного виховання полягає у визначенні співвідношення і взаємовпливу між педагогічними факторами і руховими здібностями студентів з метою підвищення рівня їхньої фізичної підготовленості.

Сучасна система фізичного виховання студентської молоді є пріоритетною у формуванні фізичної культури як виду загальної культури, здорового способу життя і спортивного стилю життєдіяльності майбутніх фахівців.

Проте висока енергійність вищої школи, її неготовність ефективно розвиватися в умовах суперечностей, недооцінка ролі фізичного виховання цих процесах ускладнює виконання кафедрами фізичного виховання вишів

своїх прямих обов'язків, наслідком чого є зниження рівня фізичної підготовленості та ослаблення здоров'я студентів.

Успішне вирішення цієї суперечності можливе при введенні у навчальний процес комплексних спортивних технологій навчання, заснованих на переважному використанні проблемних, пошукових методів, які підсилюють пізнавальну активність студентів і підвищують позитивну мотивацію до занять [3, 5].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Практика і наукові дослідження в галузі фізичного виховання і спорту студентів показують, що оптимальні результати досяжні тільки за умови оптимізації фізичного виховання як педагогічної системи, включаючи весь арсенал існуючих форм, кожна з яких органічно взаємопов'язана з іншою й адаптована до індивідуальних можливостей організму [3].

Базисна «Навчальна програма з фізичного виховання для вищих навчальних закладів» орієнтує кафедри фізичного виховання ВНЗ на внесення науково обґрунтованих змін і доповнень у форми, організацію, зміст і методи проведення навчальних занять, розроблення залікових вимог з урахуванням особливостей фізичного стану студентів конкретного вишу.

Низка авторів стверджує, що позитивні зміни у ставленні студентів до занять фізичним вихованням полягають в усуненні розбіжностей між завданнями фізичного виховання й індивідуальною орієнтацією, між суб'єктивно необхідними умовами і реально існуючими можливостями. При цьому необхідно або усунути причини, що заважають займатися, або змінити орієнтацію або суб'єктивний образ умов її реалізації [1, 4].

Пріоритетним напрямом у підвищенні мотивації студентів до занять фізичним вихованням може стати відмова від стандартизації навчальних програм дисципліни і створення можливо більшої кількості альтернативних

програм з різних видів рухової активності спортивної спрямованості з урахуванням регіональних, національних, культурно-історичних традицій, матеріально-технічної оснащеності спортивних комплексів кожного конкретного ВНЗ [5].

У зв'язку з цим необхідна реалізація нової стратегії фізкультурного виховання і, перш за все, впровадження в практику навчального процесу таких напрямів: адекватність змісту фізичної підготовки індивідуальному стану студента; оптимізація фізичної підготовки; свобода вибору форм фізкультурно-спортивної діяльності відповідно до особистих схильностей кожної людини [1–5].

**Мета** дослідження полягає у визначенні інформації щодо запитів і потреб студентів технічного ВНЗ у сфері фізичного виховання і спорту.

**Викладення основного матеріалу.** Було проведено аналіз результатів анкетного опитування за такими напрямками: відомості щодо респондентів; питання з предмету «Фізичне виховання»; мотиваційно-ціннісна спрямованість у сфері фізичної культури і спорту. В опитуванні брали участь студенти 1–3-х курсів основного відділення ДГМА.

Диференційований аналіз відповідей студентів показав, що контингент неоднорідний за віком, статтю, демографічною приналежністю і досвідом фізкультурно-спортивної діяльності.

Серед тих студентів, які вступили до ВНЗ, практично немає спортсменів-розрядників (92,4 %), причому 33,6 % з-поміж опитаних відзначили, що у старших класах у них практично була відсутня різноманітність видів рухової активності.

Таким чином, виявлені факти доцільно враховувати при організації навчального процесу на 1-му курсі, оскільки успіх подальшої роботи багато у чому залежить від якості комплектування навчальних груп.

Аналіз відповідей студентів з дисципліни «Фізичне виховання» виявив їхнє позитивне прагнення щодо отримання знань, умінь і навичок у фізкультурній діяльності

Так, на питання «Чи вважаєте Ви обов'язковим включення дисципліни «Фізичне виховання» у освітній стандарт?» 75,7 % відповіли позитивно; 20,6 % – сумніваються і 3,7 % – заперечують.

Вивчаючи потреби студентів щодо видів рухової активності, було встановлено, що з переходом від одного вікового рівня до іншого спостерігається зменшення кількості видів спорту, вибраних як хлопцями, так і дівчатами, що свідчить про недостатню сформованість у них потреби в заняттях певним видом спорту. Студенти активно шукають ті види рухової активності, в яких вони можуть реалізувати свій потенціал. Це є підставою для розширення діапазону рухової активності і можливості корекції робочої навчальної програми.

Вивчення мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізичного виховання дозволило виділити основні мотиви, що відображають це ставлення: фізичного вдосконалення, дружньої солідарності, повинності, суперництва, наслідування, спортивний та ігровий.

Отримані дані дозволяють вважати, що розподіл пріоритетів у цій сфері має велику схильність до мотиву повинності (42 %). Отримання заліку з предмета підміняє саме поняття «Фізичне виховання»

Аналіз мотиву дружньої солідарності (бажання бути, як всі, прийшов на заняття «за компанію» – 15,4 %) підтверджує факт, що студенти не повною мірою розуміють значення фізичного виховання у своєму особистому розвитку і ще не можуть визначити той вид рухової активності, в якому їх потенціал був би реалізований.

Прагнення досягти високих спортивних результатів престижне для обмеженого кола студентів (3,8 %). Це свідчить про те, що можливості фізичного виховання як засобу підтримання працездатності ще не отримали належної оцінки у студентів.

Турбота про свій фізичний стан не стала постійною потребою для більшості студентів, про що свідчить аналіз мотиву фізичного вдосконалення: підтримання рівня фізичної підготовленості – 5,6 %; оптимізація ваги – 4,1 %; корекція фігури – 5 %.

Отримана інформація свідчить про невпорядкованість ціннісного ставлення студентів до фізичного виховання і спорту, їх недостатній взаємозв'язок.

Спортивна спрямованість практичних занять з фізичного виховання студентів технічного ВНЗ може не тільки радикально змінити їх фізкультурну активність, але і в цілому прищепити спортивний стиль повсякденної життєдіяльності. Як зазначають фахівці, спортивний шлях – це енциклопедія технології культурного перетворення фізичного, психічного і етичного в особі, і не використовувати його у фізкультурному вихованні студентської молоді було б невірно [4].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Аналіз науково-методичної літератури і узагальнення практичного досвіду роботи кафедри фізичного виховання дозволили встановити, що питання вдосконалення робочих програм з дисципліни «Фізичне виховання» на засадах спортивно орієнтованих технологій вивчені недостатньо.

Неналежна сформованість потреби у заняттях певним видом спорту у студентів 1–3-х курсів визначає великий діапазон бажань в опануванні сучасних рухових систем і традиційних видів спорту. Це обумовлено неоднорідністю контингенту, що навчається у академії, за віком, статтю,

соціально-демографічною приналежністю, а також їх мотиваційно-ціннісною спрямованістю.

Результати досліджень показали недостатню відповідність змісту робочої програми з дисципліни «Фізичне виховання» запитам і потребам студентів у галузі фізичної культури і спорту, що не дозволяє повною мірою формувати фізкультурно-спортивні інтереси і потреби в активній руховій діяльності.

## **Література**

1. Андрющенко, Л. Б. Спортивно ориентированная технология обучения студентов по предмету «Физическая культура» [Текст] / Л. Б. Андрющенко // Теория и практика физической культуры. – 2002. – №2. – С. 18–20.
2. Виленский, М. Я. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности [Текст] / М. Я. Виленский, Г. М. Соловьёв // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2001. – № 3. – С. 2–8.
3. Ільїніч, В. І. Фізична культура студента [Текст] : підручник / під ред. В. І. Ільїніча. – М. : Гардаріки, 2004. – 448 с.
4. Лубышева, Л. И. Кадровая политика развития инновационных процессов в физкультурном воспитании [Текст] / Л. И. Лубышева, В. П. Косихин // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. –С. 10–15.
5. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: введение предмет : учебник для высш. учеб. заведений [Текст] / Л. П. Матвеев. – 3-е изд. – СПб. : Лань, 2003. – 160 с.

В статье рассматривается проблема модернизации физического воспитания студентов высших учебных заведений на основе программных занятий, которые направлены на повышение функционального и физического состояния студентов, укрепление здоровья и формирование здорового образа жизни, необходимых в будущей профессиональной и повседневной деятельности. Формирование мотивационных предпосылок к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

In the article the problem of modernization of physical education of students of higher educational establishments is examined on the basis of programmatic employments, which are directed on the increase of the functional and physical state of students, strengthening of health and forming of healthy way of life, necessary in future professional and everyday activity, and also forming of motivational pre-conditions to systematic employments by a physical culture and sport.

**Відомості про авторів:**

**а) прізвище, ім'я, по батькові:** Мелюшкина Вікторія Володимирівна

**б) посада:** старший викладач

**в) місце роботи:** СНАУ, кафедра фізичного виховання

**г) адреса для листування:** 40000, м. Суми, вул. Кірова 160, кафедра фізичного виховання