

ПРОБЛЕМА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Мисак Вікторія

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Науковий керівник – канд. пед. наук, ст. викл. Тараненко І.В.

В статті розглядається проблема фізичної культури як навчальної дисципліни, відношення до неї сучасної молоді та держави. Аналізується стан здоров'я дітей та студентів.

Ключові слова: *фізична культура, фізичне виховання, студенти, молодь.*

Фізична культура – невід'ємно важлива частина загальної й професійної культури особистості сучасного фахівця, що забезпечує фундамент його фізичного, духовного добробуту та успіхи у виробничій діяльності. Вона є якісною, динамічною характеристикою рівня розвитку й реалізації можливостей людини, що забезпечує біологічний потенціал його життєдіяльності, необхідний для гармонійного розвитку, прояви соціальної активності, творчої праці. Усе це обумовлює соціальне замовлення на оволодіння особистою фізичною культурою на всіх етапах формування фахівця [5]. Фізичне виховання у вищих навчальних закладах (ВНЗ) – це складний психолого-педагогічний процес, метою якого є формування фізичної культури особистості майбутнього фахівця, здатного самостійно організувати й вести здоровий спосіб життя [1].

Порівняно з Україною, в Європейських країнах фізичне виховання знаходиться на вищому рівні розвитку ніж в Україні. Цьому в свою чергу сприяє держава. Так, з 2004 року в Польщі багато коштів виділяється для розбудови навчально-матеріальної бази вищих навчальних закладів. Особливе значення приділяється розвитку спортивних об'єктів. Реконструюються старі та будуються нові сучасні спортивні споруди й майданчики. Заняття спортом та фізичною культурою стають більш доступними та привабливими. З 2009 року змінюються навчальні програми з фізичного виховання в середніх школах. Обов'язковим стає присутність варіативної частини фізичного виховання, що наблизило їх до програм навчання ВНЗ. В 2010 році приймається закон «Про спорт» від 25.06.2010 р. у якому закріплюється значення спортивних клубів для розвитку спорту, в тому числі серед студентської молоді. Визначено види спортивних клубів, принципи їх функціонування, право надавати стипендії кращим спортсменам; визначено засади роботи польського спортивного союзу, якій об'єднує діяльність академічних спортивних союзів вищих навчальних закладів та роботу окремих спортивних клубів [3]. Отже можна з впевненістю сказати, що держава намагається створювати всі можливі умови для занять спортом.

Що до ситуації в Україні, можемо констатувати недооцінку ролі фізичного виховання взагалі та фізичної культури як навчальної дисципліни зокрема, не тільки у вищих навчальних закладах, але і в загальноосвітніх школах. І все це ми спостерігаємо на фоні погіршення загального фізичного стану, здоров'я, рівня фізичної підготовленості як школярів так і студентів.

Недооцінка ролі фізичної культури як навчальної дисципліни і традиційний підхід до її викладання в освітніх закладах давно зазнає критики вчених і педагогів-практиків. Зокрема, в цьому плані Вишневський підкреслює необхідність докорінної перебудови організації фізичного виховання школярів. На думку вченого, цей процес слід розпочати із кардинальної зміни власних поглядів на фізкультуру, на фізичний стан, красу людського тіла, не сприймати їх як щось другорядне, а вчитель повинен демонструвати власним прикладом важливість та першочерговість фізкультури та здорового способу життя. Також, потрібно розвантажити навчальні плани і програми, значно скоротивши інформативне навчання, що дасть можливість збільшити питому вагу уроків фізичної культури; відмовитися від традиційних форм і режиму діяльності на уроках, при яких вчитель «навіює» знання учням, а вони при цьому весь час сидять майже нерухомо, що є дуже шкідливим для здоров'я; необхідно переглянути концепції та методики фізкультурної роботи в школі, яка повинна працювати на здоров'я, виховання, задоволення фізіологічних потреб дитини та повинна стати формою активного відпочинку [2].

Можемо констатувати, що дві години фізичної культури на тиждень замало для позитивних зрушень у стані здоров'я учнів, та їх фізичної підготовленості, тому обов'язковими є додаткові заняття фізичними вправами. Як стверджують дослідники, щонайменше необхідно 12-14 годин різноманітної рухової активності (ігри, ходьба, біг, ранкова гімнастика, заняття спортом тощо). Але як свідчать дані статистики, лише близько 15-20% учнів додатково займаються позанавчальною руховою діяльністю.

Під впливом оточуючих, реклами алкогольних напоїв і тютюнових виробів, а також «кумирів», які з екранів телевізорів пропагують сумнівні цінності, молоді українці руйнують власне здоров'я. Як свідчить аналіз динаміки та структури захворюваності населення України, в останні роки зростає кількість школярів і студентів із захворюваннями серцево-судинної, дихальної та нервової систем, порушенням опорно-рухового апарату. Крім цього, молодшають так звані «хвороби суспільства»: алкоголізм, куріння й наркотична залежність [4].

Щодо рівня здоров'я студентської молоді та випускників вищих навчальних закладів країни, спираючись на дані медичних обстежень та

опитувань можемо стверджувати, що з десяти студентів, дев'ять мають відхилення в стані здоров'я; на 100 студентів припадає близько 95 і більше захворювань різної етіології, а 30% перебуває на диспансерному обліку. Майже половина складу студентів (46,5%) не відповідає середньому рівню нормативу фізичної підготовленості, що не гарантує стабільне здоров'я [1].

При цьому не дивлячись на таку катастрофічно негативну динаміку, щодо рівня здоров'я сучасної української молоді, фізичному вихованню у ВНЗ, як єдиної навчальної дисципліни, яка навчає студентів зберігати та зміцнювати своє здоров'я, підвищувати рівень фізичної підготовленості, розвивати й удосконалювати життєво важливі рухові якості, приділяється мало уваги [1]. Крім того, отримавши автономію щодо складання навчальних планів більшість ВНЗ України скоротили години дисципліни фізичне виховання. Наприклад, у Полтавському національному педагогічному університеті імені В.Г. Короленка дисципліна «Фізичне виховання» читається на першому курсі один семестр (34 години – практичні і 2 години – лекцій). Тому погоджуємось з багатьма дослідниками які вказують на те, що під час навчання у вищому навчальному закладі не відбувається істотних позитивних змін у фізичному розвитку й фізичній підготовленості більшості студентів, а також зовсім мало уваги приділяється теоретичній підготовці молоді.

Рівень інтересу до фізичної культури в студентів університетів невисокий. Так, 50-60% молоді має середній або вищий від середнього рівень інтересу до фізичного виховання і спорту. Причому в жінок рівень інтересу загалом нижчий, ніж у чоловіків. Варто зазначити, що в значній частини молоді інтерес до фізичної культури відсутній або навіть сформувалося негативне ставлення до неї. Аналіз спостережень свідчить, що з кожним роком рівень інтересу студентів до фізичної культури знижується. Це обумовлюється станом фізичного виховання в школах, де вони навчалися. Лише незначна кількість студентів раніше займалась у спортивних секціях. Найчастіше це спортивні ігри, легка атлетика, боротьба. Вибір видів рухової активності обмежувався умовами й можливостями шкіл, розвитком спортивної бази [5]. Теж саме спостерігається і у ВНЗ. Тому великого значення набуває підвищення позитивної мотивації до занять фізичною культурою дітей та молоді, що можливе при врахуванні їхніх інтересів, бажань, мотивів, рівня фізичного розвитку, статі тощо.

З цією метою необхідно на заняттях фізичного виховання застосовувати сучасні та нетрадиційні підходи, які значно підвищать інтерес студентів і школярів до фізичної культури і спорту, створять нове позитивне емоційне забарвлення занять, розвинуть у молоді витривалість і працездатність та спонукають молодих людей до вибору на користь здорового способу життя [4].

Отже, взявши до уваги дослідження різних авторів, науковців та вчених, ми бачимо незадовільну картину розвитку фізичної культури в Україні. Рівень інтересу студентів до фізичного виховання й спорту невисокий. Тож потрібно переглянути концепції, технології та методики викладання фізичної культури в школах та у вищих навчальних закладах. При цьому фізкультурна робота повинна бути спрямована на здоров'я, виховання, задоволення інтересів, бажань, мотивів дітей та молоді. Осучаснення фізичної культури, як навчальної дисципліни потребує, перш за все, державної підтримки.

Література:

1. Карабанов А. Шляхи підвищення мотивації студентів до фізичного виховання й спорту у вищому навчальному закладі. – [Електронний ресурс] / Анатолій Карабанов, Надія Карабанова, Богдан Зубрицький – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Fvs_2010_4_13.pdf
2. Вишневецький О. Сучасне українське виховання : пед. нариси / О. Вишневецький. – Л., 1996. – 238 с.
3. Мозолев О.М. Розвиток фізичного виховання в системі вищої освіти Польщі на рубежі ХХ – ХХІ сторіччя. – [Електронний ресурс] / Мозолев О. М., Кошура А.В. – Режим доступу: http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Znpkhist_2015_1_1_35.pdf
4. Мазурчук О. Мотивація молоді до ведення здорового способу життя через використання сучасних і нетрадиційних підходів до проведення занять фізичного виховання» [Електронний ресурс] / Олег Мазурчук. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Fvs_2013_2_20.pdf
5. Повар О. «Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів університетів до фізичного виховання й спорту» [Електронний ресурс] / Олег Повар. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Fvs_2012_1_12.pdf
6. Олексієнко Я.І. Формування мотивації до занять фізичною культурою у школярів – запорука зміцнення їхнього здоров'я. – [Електронний ресурс] / Олексієнко Я.І. – Режим доступу: www.pdaa.edu.ua/np/pdf2/5.pdf

ДОСВІД РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОЕКТІВ ПО ФОРМУВАННЮ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ В УКРАЇНІ

Міщенко Дар'я

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Науковий керівник – ст.викл. Кириленко Г.В.

У статті автори здійснили аналіз досвіду реалізації проектів по формуванню здорового способу життя молоді в Україні. Авторі однозначно констатують: накопичений досвід у проведенні заходів та акцій з пропаганди щодо здорового способу життя в Україні дозволяє говорити про