

Балабуха Катерина

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
Науковий керівник – к.п.н., доц. Согоконь Олена Анатоліївна*

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ТА ШЛЯХИ ЇХ ВИРІШЕННЯ

Проблема збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді у наш час набула особливої актуальності. Це пов'язано з тим, що на даний час близько 90% студентів мають серйозні відхилення в стані здоров'я, 50% із них знаходяться на диспансерному обліку, а кожного п'ятого студента віднесено до підготовчої чи спеціальної медичної групи або звільнено за станом здоров'я від фізичних навантажень. Наведена статистика свідчить про необхідність неупередженого аналізу найбільш поширеної форми організації занять з фізичного виховання студентської молоді.

Пошуку засобів підвищення ефективності фізичного виховання студентської молоді присвятили свої дослідження М.М. Амосов, Б. А. Ашмарін, Г. Л. Апанасенко, Л. В. Волков, О. Д. Дубогай, Т. Ю. Круцевич, Б. М. Шиян та багато інших.

Мета статті полягає у пошуку шляхів вдосконалення системи фізичного виховання, визначення факторів підвищення фізичної підготовленості студентів.

Питання збереження і зміцнення здоров'я студентів є важливою культурно-освітньою, економічною і соціально-політичною проблемою. Факторами впливу на формування негативного ставлення до фізичного виховання є відсутність вільного часу, інтересу до фізичної культури, слабка довузівська підготовка [1, 3].

Втрата інтересу молоді до занять фізичною культурою зумовлена низкою вагомих причин. Серед них: абстрактність нормативної програми фізичного виховання, яка не враховує регіональні, кліматичні, національні особливості; підхід не до конкретної молодої людини з її індивідуальними особливостями, а до навчальної групи; відсутність належної навчально-тренувальної бази у навчальному закладі. Вирішенню цього завдання сприяють самостійні заняття студентів фізичними вправами. Самостійні заняття фізичною культурою та спортом допомагають ліквідувати дефіцит рухової діяльності, сприяють більш активному засвоєнню навчальної програми та задачі контрольних нормативів. Ці заняття надають можливість оволодіти цілим рядом нових рухових умінь та навичок, які не передбачені програмою з фізичного виховання, розширити діапазон рухових дій, підвищити спортивну майстерність. Під

час проведення самостійних занять підвищується не тільки рівень фізичної підготовленості студентів, але й розвиваються такі моральні якості, як працьовитість та самодисциплінованість [2].

Безперечно, нагальною у своєму вирішенні є проблема забезпечення формування духовно-фізичного розвитку особистості у системі фізичного виховання. Духовно-фізичний розвиток особистості – одна з постійних проблем, без успішного розв'язання якої неможливе виховання всебічно розвиненої особистості. Через відсутність духовних цінностей і відповідної мотивації, усвідомленої потреби в руховій активності, студенти не зацікавлені в систематичних заняттях фізичними вправами, як у ефективному універсальному засобі фізичного й духовного розвитку. У більшості населення недостатній рівень здоров'я, низький розвиток фізичних якостей і фізичної підготовленості, має місце фізична безграмотність, відсутність потреб у заняттях фізичними вправами, в освоєнні різноманітних цінностей фізичної культури. Саме навчально-виховний процес з фізичного виховання безпосередньо може вплинути на зміну цього ставлення і на формування у студентів духовних і фізичних якостей [4].

У сучасному суспільстві велика увага приділяється вихованню у людей свідомого ставлення до фізичного розвитку, стану свого здоров'я, адже людина, яка знає і розуміє користь від регулярних занять фізичною культурою та спортом, вміє на практиці реалізувати ці знання, здатна на творчу, активну, суспільно-громадську діяльність.

Опрацьовані наукові джерела та власні дослідження свідчать про те, що на момент вступу до ВНЗ різні відхилення у стані здоров'я спостерігаються у кожного другого студента. Це пояснюється тим, що навчання у школі супроводжувалось дефіцитом рухової активності, нервовим перенапруженням, необхідністю засвоєння та переробки учнями великої кількості інформації [3; 4].

Ми вважаємо, що одним з шляхів вирішення дефіциту рухової активності є підвищення уваги до фізичного виховання, пошук нових форм та засобів навчання, впровадження в навчальний процес інноваційних педагогічних технологій, які дозволяють удосконалити навчально-виховний процес у відповідності до сучасних вимог.

На підставі досліджень встановлено, що факторами підвищення рівня фізичної підготовленості студента є:

- систематичні заняття фізичною культурою і спортом;
- профілактика захворювань;
- загартування організму;
- раціональне харчування;

- боротьба із шкідливими звичками;
- активний відпочинок.

Беручи до уваги соціально-психологічний портрет студентської молоді, можна виокремити наступні шляхи вдосконалення системи фізичного виховання:

- вдосконалення системи проведення занять фізичною культурою;
- підвищення ролі теоретичних знань студентів для самостійних занять;
- посилення гуманістичної спрямованості фізичного виховання;
- залучення студентів до здорового способу життя.

Кардинальні зміни, що відбуваються в усіх сферах життєдіяльності суспільства, вимагають нових підходів до виховання та соціалізації підростаючого покоління. Виховання здорового покоління з гармонійним розвитком фізичних і духовних якостей – одне з основних завдань сучасного суспільства. У будь-якому суспільстві, здоров'я людини є вищою цінністю, найважливішим надбанням держави, запорукою життєстійкості і прогресу суспільства. Усі вищеокреслені шляхи сприятимуть підвищенню інтересу й активності студентів у самостійному вивченні теорії і методики фізичного виховання.

Перспективи подальших наукових розвідок у даному напрямі будуть спрямовані на впровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій на збереження психічного, фізичного й соціального здоров'я для продуктивного вирішення оздоровчих завдань на заняттях фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Література:

1. Давиденко Д. Фізична культура и культура здоров'я // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2010. – №2. – С. 65–70.
2. Завидська Н. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів / Н. Завидська, І. Ополонець // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві: зб. наук. праць/ за ред. А. В. Цьось. – Луцьк, 2010. – С. 50–54.
3. Затилкін В. В. Вивчення впливу занять з фізичного виховання на прискорення процесу адаптації першокурсників до умов ВНЗ / В.В. Затилкін // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2003. – С. 42–48.
4. Зеленюк О. В. Сучасна концепція вищої освіти та її екстраполяція у методологію фізичного виховання студентської молоді / О. В. Зеленюк, А. В. Бикова, Л. Л. Тюркіна. – Чернігів, 2008. – С. 45–48.

5. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – 368 с.
6. Стасюк Р. М. Проблеми та шляхи підвищення ефективності фізичного виховання ВНЗ / Стасюк Р. М., Востоцкая І. Ф., Осипова І. Л. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2009. – №3. – С. 146–149.

Голуб Ліна Олександрівна

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

ВИХОВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ УРОКУ З «ВАРІАТИВНОГО МОДУЛЮ «ТУРИЗМ» ЯК СКЛАДНИК ПРОФЕСІЙНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Важливим завданням системи освіти є виховання людини в дусі відповідального ставлення до свого здоров'я й ведення здорового способу життя як вищої індивідуальної й суспільної цінності, формування високого рівня здоров'я дітей та учнівської молоді в усіх його аспектах: духовному, психічному, фізичному. Пошук шляхів удосконалення підготовки учителів фізичної культури – стратегічно важливе завдання сучасної педагогічної науки та практики. Відповідно зміст професійної підготовки майбутніх учителів повинен бути зорієнтований на озброєння теоретичними знаннями й практичними вміннями щодо використання здоров'язберезувальних технологій у професійній діяльності.

В основі педагогічної майстерності вчителя фізичного виховання лежать теоретично-практичні знання предмета та рівень його володіння методикою викладання. Важливо, щоб учитель усвідомив, що найсуттєвішим у викладанні предмета є рівень індивідуальної майстерності педагога: саме від неї залежать навчальні досягнення учнів. Педагогічне керівництво навчальною роботою здійснюється саме за допомогою методики. Учитель має побудувати певний навчально-методичний процес, де учні під його керівництвом виховуються, розвиваються, опановують систему знань і способи навчальної діяльності [3].

Під методикою уроку слід розуміти багатокomпонентну впорядковану систему управління навчально-виховним процесом, що включає засоби, методи і прийоми навчання та форми організації навчальної та виховної діяльності школярів. Методику можна розглядати як систему управління процесом засвоєння учнями навчальної програми;