

DOI 10.32342/2522-41-5-2018-0-15-31-35

УДК 378.1:796

**Н.П. МАРТИНОВА,**

*кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання та спорту  
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара*

**Є.В. КОВАЛЕНКО,**

*старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту  
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара*

## **СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

У статті розглянуто основні проблеми фізичного виховання студентської молоді, шляхи вдосконалення системи фізичного виховання студентів та підвищення рівня їх фізичної підготовленості. Встановлено необхідність перебудови системи фізичного виховання ВНЗ з орієнтацією на особистість студента, його потреби та стан здоров'я, а також забезпечення відповідної матеріально-технічної бази ВНЗ та рівня кваліфікації викладачів.

*Ключові слова: фізичне виховання, студенти, фізична підготовленість, інтерес, матеріально-технічна база.*

**Постановка проблеми.** Зростання вимог до фізичної підготовленості молоді дає завдання державній вищій освіті – забезпечити формування особистості, яка усвідомлює свою належність до українського народу, європейської цивілізації, має орієнтуватися в реаліях і перспективах соціокультурної динаміки, підготовлена до життя у постійно змінюваному, конкурентному, взаємозалежному світі [8]. Але сучасна система фізичного виховання не вирішує достатньою мірою проблему оптимізації фізичної підготовленості студентської молоді.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Протягом останніх років проведено чимало наукових досліджень, присвячених підвищенню ефективності фізичного виховання студентської молоді. У навчальний процес упроваджено різноманітні наукові здобутки вітчизняних і закордонних фахівців (Г.П. Грибана, Т.Ю. Круцевич, Л.І. Лубишевої, С.М. Футорний та ін.).

**Формулювання мети.** Мета статті полягає у теоретичному аналізі науково-методичної літератури щодо сучасного стану фізичного виховання у ВНЗ, виявленні факторів, що негативно впливають на рівень фізичної підготовленості студентів та шляхів їх рішення.

**Виклад основного матеріалу.** У процесі підготовки до наукового дослідження було виявлено низку проблем, що впливають на стан фізичного виховання в цілому та заважають ефективному фізичному вдосконаленню студентів.

По-перше, незацікавленість у фізичному розвитку, фізичному вдосконаленні серед суспільства в цілому та в студентському середовищі в тому числі. Проведені дослідження, свідчать про те, що рухова активність, на жаль, не належить до основних пріоритетів студентської молоді [1; 14]. Вважаємо, є як об'єктивні, так і суб'єктивні фактори.

Спостереження показали, що студенти більш спрямовані на набуття знань як кінцевого результату їх навчання у ВНЗ. Величезний потік нової інформації, збільшення обсягу ма-

теріалу, що вивчається, напруженість розумової праці призводять до обмеження рухової активності студентів [9]. Це об'єктивний фактор.

З одного боку, студенти, на їхню думку, змушені обмежувати себе в руховій активності, бо відводять час переважно для набуття знань як основи успішності в своїй майбутній професійній діяльності, щоб бути конкурентноспроможними та йти в ногу з часом. З іншого боку, вони не усвідомлюють користі від рухової активності як одного з механізмів ефективної адаптації до інтенсивної інтелектуальної діяльності, розвитку резервних можливостей організму заради підвищення своєї майбутньої працездатності і, головне, для зміцнення власного здоров'я як важливого підґрунтя нормального життя [10; 13]. Означене складає суб'єктивний фактор.

По-друге, аналіз сучасної теорії і практики фізичного виховання засвідчив, що існуюча структура фізкультурної освіти у ВНЗ малоефективна [1]. Причинами такої ситуації вчені називають недоліки колишньої системи загальної освіти, які, на жаль, ще й досі її гальмують: консерватизм, унітарність і виражена деперсоналізація. Науковці вважають, що «спеціаліст нової формації, крім глибоких професійних знань за обраною спеціальністю, повинен володіти високими фізичними кондиціями і працездатністю, особистою фізичною культурою, духовністю, неформальними лідерськими якостями» [13].

Нині фізичне виховання багато в чому відмовляється від ідеалів, що були сформовані раніше, хоча ще не вироблено нових, адекватних вимогам нинішнього і майбутнього етапів розвитку суспільства. Зауважимо, що в попередні часи основою системи виховання, зокрема фізичного, була установка на формування потреби служити суспільству, колективу, а інтереси особистості визнавались антигромадськими, якщо вони були спрямовані на себе.

Як свідчить аналіз наукової літератури [4; 15], багато сучасних науковців та фахівців порушують питання про необхідність суттєвої перебудови системи фізичного виховання дітей і молоді як більш особистісноорієнтованої.

Низка вчених [7; 11] доводять тезу: якщо структурна організація фізичного виховання молоді відповідає потребам студентів і традиціям оздоровчої та спортивно-масової роботи в умовах ВНЗ, то вона є продуктивною і доцільною.

Науковці [1] вважають, що такі інновації, як забезпечення свободи вибору форм занять, режимів їх інтенсивності, а за необхідності і зміни виду рухової діяльності, будуть сприяти фізичному вдосконаленню та зміцненню здоров'я молоді.

Група вчених концентрує увагу на тому, що визначення того чи іншого виду спорту, яке свідомо здійснює студент, є початком обміркованого вибору форм рухової активності, які відповідають індивідуальним фізичним і психологічним потребам [6].

Міністерством освіти і науки України запропоновано базові моделі для забезпечення викладання фізичного виховання у ВНЗ: секційна, професійно орієнтована, традиційна, індивідуальна.

У процесі дослідження було з'ясовано, що в Україні в закладах вищої освіти активно використовується організація навчального процесу за секційним принципом з використанням найбільш популярних у молоді видів спорту і рухової активності. Однак, на думку деяких фахівців, така форма організації навчального процесу з фізичного виховання потребує зміни організації структури кафедри та комплектації штату викладачів кафедри фахівцями з видів спорту згідно з цілями і завданнями, які доводиться вирішувати за такої схеми організації занять [12].

По-третє, одним із ключових недоліків у фізичному вихованні студентів є брак стимулу для оволодіння вміннями виконувати вправи, які їм здаються мало суттєвими. Отже, у студентів не формується звичка до регулярних занять фізичними вправами, які орієнтовані на загальну фізичну підготовку, що впливає на ефективність занять. ВНЗ є основним місцем для студентів, де за допомогою викладачів вони можуть долучитись до занять з фізичного виховання, де систематичні заняття фізичними вправами оптимізують рухову та психічну підготовку студентів до професійної діяльності, сприяють адаптації організму до умов сучасного життя, зміцнюють здоров'я.

Низкою науковців визначено, що провідними факторами, які стимулюють інтерес студентів, є підвищення якості та змісту занять з фізичного виховання, педагогічні зусилля на зближення суб'єктивних бажань студентів з об'єктивними завданнями фізичного виховання. До вищезазначених факторів фахівці відносять оптимізацію, ефективність і цілеспрямованість занять, новизну вправ, їх динамічність, емоційність, з одного боку, та індивідуальний підхід, особистість викладача, його зацікавленість у роботі – з іншого [16].

Досвід викладачів кафедр фізичного виховання та особистий досвід викладацької діяльності авторів свідчать: для студентів пріоритетними та привабливими є ті види рухової активності, у яких вони найбільше можуть реалізувати свій потенціал. Вони відчують задоволення від обраної рухової активності, бачать цінність досягнутих результатів. Таким чином у студентів змінюється погляд на заняття з фізичного виховання та з'являється активна позиція до фізичного вдосконалення. Вважаємо формування інтересу до активної творчої діяльності та зацікавленого ставлення студентів до дисципліни, завдяки інноваційним методикам.

Тому важливо досліджувати інтереси студентів ще на початковому етапі з метою розширення діапазону їх рухової активності за допомогою можливості корекції робочої навчальної програми. Водночас моніторинг різних аспектів системи «викладач–студент–викладач», вважаємо, має продовжуватися протягом усього навчального року.

У Національній стратегії розвитку освіти в Україні на 2012–2021 рр. [8] акцентовано увагу на тому, що у процесі фізичного виховання у вищих закладах освіти можливо використовувати традиційні і нетрадиційні засоби і методи фізкультурної освіти для створення умов широкого вибору студентами засобів фізичного виховання для навчання, які б відповідали їх запитам, інтересам, стану здоров'я, фізичній і технічній підготовленості.

У роботі групи дослідників значну увагу було приділено сучасному стану фізичної культури і спорту в студентському середовищі Східно-Європейського регіону. Аналіз багатьох досліджень дозволив сформулювати рекомендації щодо фізичного виховання студентів. Автори вважають за необхідне застосування більш привабливих видів фізичної активності, використання мотиваційних підходів у навчанні зі студентами, впровадження системи заохочень і рейтингу діяльності викладача і студента [5].

Актуальною проблемою залишається недостатність матеріально-технічної і фінансової забезпеченості процесу фізичного виховання, що не дозволяє повною мірою використовувати широкий вибір засобів фізичного виховання. Вирішення цієї проблеми має бути з боку держави і адміністрації ВНЗ. Тільки з належною матеріально-технічною базою можна очікувати позитивного результату від процесу фізкультурної діяльності.

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Отже, вищеперелічені чинники показали необхідність перебудови системи фізичного виховання у ВНЗ з орієнтацією на особистість студента, його потреби, стан здоров'я, з використанням мотиваційних підходів та стимулів.

Реформування процесу фізичного виховання студентів вбачаємо у зміні підходів і пріоритетних напрямів, впровадженні ефективних форм, методів і засобів фізкультурно-оздоровчої діяльності. У зв'язку з цим підвищуються вимоги до матеріально-технічної бази ВНЗ та рівня кваліфікації викладачів фізичного виховання.

#### Список використаних джерел

1. Бальсевич В. К. Физическая культура: молодежь и современность / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 4. – С. 2–7.
2. Грибан Г.П. Методична система фізичного виховання студентів аграрних університетів: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.02 / Григорий Петрович Грибан. – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2013. – 563 с.
3. Грибан Г.П. Роль рухової активності в житті студентів / Г.П. Грибан, В.М. Романчук, С.В. Романчук // Спортивна наука України. – Львів: ЛДІФК, 2014. – № 4. – С. 57–62.
4. Гружевський В.О. Доцільність використання інноваційних технологій у формуванні особистісно-орієнтованої мотивації студентів до фізичного виховання / В.О. Гружевський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 3. – С. 19–24.
5. Ермаков С.С. Физическая культура и спорт в жизни студентов Восточно-Европейского региона: современное состояние и перспективы развития / С.С. Ермаков, М. Цеслицка, Р. Мушкета // Физическое воспитание студентов. – 2015. – № 6. – С. 16–30.
6. Коник Г.А. Современные тенденции организации физического воспитания студентов / Г.А. Коник, В.А. Темченко, В.Е. Усова // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2009. – № 4. – С. 68–74.
7. Марченко О.Ю. Влияние внешних и внутренних факторов на формирование ценностных ориентаций физической культуры студентов / О.Ю. Марченко, Т.Ю. Круцевич // XII

Международный научный конгресс «Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех»: материалы конгресса. Т. 1. – М.: Физическая культура, 2008. – С. 133–134.

8. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки.

9. Синиговец В.И. Современные инновационные технологии, используемые в процессе физического воспитания студенток / В.И. Синиговец // Физическое воспитание студентов. – 2009. – № 2. – С. 90–92.

10. Скирене В. Оценка уровня физической подготовленности студенток, предпочитающих разные виды двигательной активности / [В. Скирене, Г. Бакаукас, Р. Минкявичюс и др.] // Физическое воспитание студентов. – 2011. – № 3. – С. 90–93.

11. Столяров В.И. Концепция физической культуры и физического воспитания (инновационный подход) [Электронный ресурс] / В.И. Столяров, И.М. Быховская, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 5. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/915e9e1c-b9a9-4702-a0b5-331b8c3ce9ad>

12. Темченко В.А. Секционная форма организации физического воспитания студентов / В.А. Темченко, Р.П. Сиренко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 3. – С. 99–104.

13. Теория и методика физического воспитания: в 2 т. / под ред. Т.Ю. Круцевич. – Т. 2: Методика физического воспитания различных групп населения. – К.: Олимпийская литература, 2003. – С. 167–183.

14. Троценко В.В. Організація процесу фізичного виховання у вищому навчальному закладі / В.В. Троценко // Вісник Запорізького національного університету: Серія Фізичне виховання та спорт. – 2010. – № 1(3). – С. 224–226.

15. Шилько В.Г. Методология построения личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности студентов // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 9. – С. 45–49.

16. Юрченя И.Н. Проблемы посещаемости занятий по физической культуре у современных студентов / И.Н. Юрченя, Н.В. Богданчик, Е.В. Касперович и др. // Образование, медицина, физическая культура и спорт в профилактике болезней века: сб. науч. ст. участников Междунар. науч.-практ. конф. «EMF–2013». – Минск, 2013. – С. 215–220.

## References

1. Balsevich, V. K. & Lubysheva, L. I. (1995). *Fizicheskaia kultura: molodezh i sovremennost* [Physical Culture: Youth and Modernity]. *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury* [Theory and practice of physical culture], no. 4, pp. 2-7 (In Russian).

2. Hryban, H. P. (2013). *Metodychna systema fizychnoho vykhovannia studentiv ahrarnykh universitetiv*. *Dis. doc. ped. nauk* [Methodical system of physical education of students of agrarian universities. Doc. ped. sci. diss.]. Kyiv, NPU im. M.P. Drahomanova Publ., 563 p. (In Ukrainian).

3. Hryban, H.P., Romanchuk, V.M. & Romanchuk, S.V. (2014). *Rol rukhovoï aktyvnosti v zhytti studentiv* [The role of motor activity in the life of students]. *Sportyvna nauka Ukrainy* [Sports Science of Ukraine]. Lviv, IDIFK Publ., no 4, pp. 57-62 (In Ukrainian).

4. Huzhelovskyi, V.O. (2014). *Dotsilnist vykorystannia innovatsiinykh tekhnolohiiy u formuvanni osobystisno-orientovanoi motyvatsii studentiv do fizychnoho vykhovannia* [The expediency of using innovative technologies in the formation of a person-oriented motivation of students to physical education]. *Pedahohika, psykhologhiia ta medyko-biologichni problem fizychnoho vykhovannia i sportu* [Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports], no. 3, pp. 19-24 (In Ukrainian).

5. Ermakov, S.S., Tseslitskaia, M. & Mushketa R. (2015). *Fizicheskaia kultura i sport v zhizni studentov Vostochno-Evropeiskoho rehiona: sovremennoe sostoianie i perspektivy razvitiia* [Physical culture and sport in the life of students of the Eastern European region: the current state and development prospects]. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical education of students], no. 6, pp. 16-30 (In Russian).

6. Konik, H.A., Temchenko, V.A. & Usova, V.E. (2009). *Sovremennye tendentsii orhanizatsii fizicheskoho vospitaniia studentov* [Modern trends in the organization of physical education of students]. *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh spetsialnostei* [Physical education of students of creative specialties], no. 4, pp. 68-74 (In Russian).

7. Marchenko, O.Yu. & Krutsevich, T.Yu. (2008). *Vliianie vneshnikh i vnutrennikh faktorov na formirovanie tsennostnykh orientatsii fizicheskoi kultury studentov* [Influence of external and internal

factors on formation of valuable orientations of physical culture of student]. *XII Mezhdunarodnyi nauchnyi konhress "Sovremennyi olimpiiskii i paralimpiiskii sport i sport dlia vsekh"* [12<sup>th</sup> International Scientific Congress 'Modern Olympic and Paralympic Sports and Sport for All'], part 1, pp. 133-134 (In Russian).

8. *Natsionalna stratehiia rozvytku osvity v Ukraini na 2012–2021 roky* [National Strategy for the Development of Education in Ukraine for 2012–2021] (In Ukrainian).

9. Sinihovets, V.I. (2009). *Sovremennyye innovatsionnye tekhnologii, ispolzuemye v protsesse fizicheskogo vospitaniia studentok* [Modern innovative technologies used in the process of physical education of female students]. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical education of students], no. 2, pp. 90-92 (In Russian).

10. Skirene, V., Bakauskas H., Minkivichius, H. & etc. (2011). *Otsenka urovnia fizicheskoi podgotovlennosti studentok, predpochitaiushchikh raznye vidy dvihatelnoi aktivnosti* [Assessment of the level of physical preparedness of students who prefer different types of motor activity]. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical education of students], no. 3, pp. 90-93 (In Russian).

11. Stoliarov, I. M., Bykhovskaia, L.I. & Lubysheva, L.I. (1998). *Kontsepsiia fizicheskoi kultury i fizicheskogo vospitaniia (innovatsionnyi podkhod)* [The concept of physical culture and physical education (innovative approach)]. *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury* [Theory and practice of physical culture], no. 5. Access mode: <http://bmsi.ru/doc/915e9e1c-b9a9-4702-a0b5-331b8c-3ce9ad> (In Russian).

12. Temchenko, V.A. & Sirenko, R. R. (2010). *Sektsionnaia forma orhanizatsii fizicheskogo vospitaniia studentov* [Sectional form of organization of physical education of students]. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical education of students], no. 3, pp. 99-104 (In Russian).

13. In T.Yu. Krutsevich (Eds.). (2003). *Metodika fizicheskogo vospitaniia razlichnykh hrupp naseleniia: v 2 t.* [Methods of physical education of various groups of the population: in 2 vol.]. Kiev, Olimpiiskaia literatura Publ., vol. 2, pp. 167-183 (In Russian).

14. Trotsenko, V.V. (2010). *Orhanizatsiia protsesu fizychnoho vykhovannia u vyshchomu navchalnomu zakladi* [Organization of the process of physical education in a higher educational institution]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu. Fizychnye vykhovannia ta sport* [Bulletin of the Zaporizhzhya National University. Physical Education and Sports], no. 1 (3), pp. 224-226 (In Ukrainian).

15. Shilko, V. H. (2003). *Metodolohiia postroeniia lichnostno-orientirovannogo soderzhaniia fizkulturno-sportivnoi deiatelnosti* [Methodology of constructing a person-oriented content of physical culture and sports activity]. *Teoriia i praktika fizicheskoi kultury* [Theory and practice of physical culture], no. 9, pp. 45-49 (In Russian).

16. Yurchenia, I.N., Bohdanchik, N.V., Kasperovych, E.V. & etc. (2013). *Problemy poseshchaemosti zaniatii po fizicheskoi kulture u sovremennykh studentov* [Problems of attendance of physical education classes in modern students]. *Obrazovanie, meditsina, fizicheskaiia kultura i sport v profilaktike boleznei veka* [Education, medicine, physical culture and sport in the prevention of the diseases of the century]. Minsk, pp. 215-220 (In Russian).

В статье рассмотрены основные проблемы физического воспитания студенческой молодежи и пути повышения уровня их физической подготовленности. Установлена необходимость перестройки системы физического воспитания в вузах с ориентацией на личность студента, его потребности и состояние здоровья, а также обеспечения соответствующей материально-технической базы и уровня квалификации преподавателей.

*Ключевые слова:* физическое воспитание, студенты, физическая подготовленность, интерес, материальная-техническая база.

The main problems of students' physical education and the ways of increasing the level of their physical preparedness are examined in this article. The necessities for restructuring the system of physical education at higher educational institutions with the focus on the personality of the student, his/her needs and the state of health, as well as for the provision of appropriate material and technical base of universities and the level of qualification of teachers are established.

*Key words:* physical education, students, physical preparedness, interest, material and technical basis.

Одержано 15.01.2018.