

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ

Г. Д. Щербакова, О. В. Андаліцька

**Національний університет харчових технологій
м. Київ, Україна**

На сьогоднішній день соціальне замовлення суспільства зорієнтоване на підготовку всебічно розвинутої особистості фахівця, який здатний реалізувати себе в умовах жорсткої конкуренції. Ефективність реалізації цього замовлення досить низька, адже рівень фізичної підготовленості та здоров'я молодого покоління погіршується з року в рік. Дані обставини унеможливають задоволення потреб суспільства у підготовці фахівців з високим рівнем адаптації до вимог сучасної життєдіяльності, готовності повноцінно виконувати професійні вимоги.

На думку деяких дослідників [1; 2], вирішення цієї проблеми може бути можливим за умови вивчення мотивів, потреб, інтересів студентів до занять фізичними вправами, виявлення причин, які перешкоджають займатися фізкультурною діяльністю, систематичного інформування молоді про негативні наслідки недостатньої рухової активності та цілеспрямованого ведення пропаганди здорового способу життя. Очевидно, що на перший план виходить адекватність змісту фізичного виховання, ефективного співвідношення засобів та врахування індивідуальних психофізіологічних особливостей кожного студента.

Усе більше фахівців стверджують, що наявна система фізичного виховання не сприяє залученню студентства до занять фізичними вправами. Відступ на практиці від головної ідеї освіти – формування

гармонійно розвинутої особистості – призвів до суперечності з її потребами. Суворі методи на заняттях з фізичного виховання практично унеможлиблюють формування внутрішнього переконання потреби у фізичному вдосконаленні. Ця закономірність є однією з причин поступового виключення фізичного самовдосконалення зі сфери інтересів студентської молоді, зниження освітнього та виховного значення фізичного виховання.

У сучасній системі фізичного виховання формування потреби студентської молоді на фізкультурно-спортивних заняттях відбувається за принципом обов'язку, а не власного бажання студентів.

Перехід від першого до другого можливий у випадку надання студенту права вільного вибору виду рухової діяльності та форми проведення занять. Для реалізації переходу необхідна децентралізація навчальних програм з фізичного виховання, плюралізм форм проведення занять. Для досягнення такого переходу в країнах Європи та США навчальна програма з фізичного виховання в закладах розробляється з урахуванням інтересів та бажань студентської молоді. Можливість вільного вибору є вагомим стимулом, який допомагає залучити студентів до фізичної культури та спорту, формує потреби фізичного вдосконалення.

У сучасній системі фізичного виховання ігнорується особистість студента, при цьому зосереджується увага на розвитку його фізичних якостей, формуванні рухових навичок та вмінь. Це призвело до того, що процес фізичного виховання у свідомості студентів став механічною діяльністю, позбавленою творчості. Таким чином, для студентів, які мають недостатній рівень фізичної підготовленості, подібна форма проведення занять може супроводжуватись появою комплексу неповноцінності, у студентів не формується адекватна самооцінка власних фізичних здібностей і можливостей. Як наслідок перевага тілесного компонента в змісті фізичного виховання над соціокультурним деформує цінності фізичної культури, фізичне виховання втрачає риси гуманістичної спрямованості педагогічного процесу, його загальнокультурного та морального змісту.

Заслуговує на увагу також той факт, що діючі нормативні вимоги з фізичного виховання недостатньо враховують індивідуальні можливості студента. Згідно з базовою навчальною програмою з фізичного виховання для вищих навчальних закладів України III–IV рівнів акредитації, для проведення занять студенти розподіляються на навчальні відділення: основне, спеціальне та спортивне. Розподіл

проводиться з урахуванням стану здоров'я, фізичного розвитку, фізичної та спортивної підготовленості. Однак деякі дослідження [3] вказують на те, що навіть ці групи неоднорідні. Тому потрібний більш диференційований, індивідуальний підхід до кожної молодої особи. На думку Б. Леко [4], недостатнє дотримання саме цих принципів освітнього процесу призводить до погіршення ефективності процесу фізичного виховання.

Відомо, що для мінімального забезпечення рухової активності достатньо проводити заняття фізичними вправами три рази на тиждень. На практиці ж у ВНЗ заняття з дисципліни «Фізичне виховання» проводяться, у кращому випадку, два рази на тиждень, що призводить до недостатньої рухової активності. Це провокує зниження фізичного рівня підготовленості та здоров'я студентської молоді.

Досить часто проведення занять зводиться до складання певних нормативів, причому це робиться примусово. Такий стан речей сприяє негативному ставленню студентів до державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України та предмета «Фізичне виховання» в цілому. Т. Круцевич [5] вважає, що доцільно оцінювати не результати тестів, а динаміку змін результатів для кожного студента. До нормативів необхідно підходити диференційовано, індивідуально, з орієнтацією на кожного студента зокрема. Коли оцінюють фізичну спроможність, важливо, щоб в основі бажання не було відчуття швидшого закінчення заняття.

Очевидно, що для вирішення вищезгаданих проблем фізичного виховання необхідно подолати педагогічний авторитаризм у системі фізичного виховання; усунути зростаюче відчуження фізичного виховання від громадського життя, розвитку особистості та культури, збудувати нові відносини між педагогом і студентом на основі співдружності та довіри; звільнити систему фізичного виховання від тотальної уніфікації та стандартизації, використовувати варіативність навчального процесу, творчість та ініціативу викладача і студента. Ефективність процесу фізичного виховання значно зросте у разі більш широкого застосування таких основних концептуальних положень і принципів педагогічної системи, як гуманізація, інтелектуалізація та оптимізація.

Основною спрямованістю подальшого вдосконалення програми фізичного виховання студентів повинна стати інтенсифікація навчального процесу шляхом проведення занять зі спортивною спрямованістю. Впровадження концептуальних положень і принципів

педагогічної системи можливе за умови реформування системи вищої освіти відповідно до вимог Болонського процесу. Реалізація Болонського процесу в Україні в ідеалі покликана сприяти переходу від колективного до особистісноорієнтованого процесу, який базується на гуманістичних напрямках філософії, психології та педагогіки і передбачає сприйняття кожного студента як унікальної особистості.

Традиційна система фізичного виховання має ряд суттєвих недоліків, які знижують її ефективність. Як виявилось, головними недоліками наявної системи фізичного виховання є недостатнє впровадження у навчальний процес таких педагогічних принципів, як диференціація, індивідуалізація, демократизація та гуманізація навчального процесу. Сучасна педагогічна думка й українська філософія освіти повинна виробити нову модель фізичного виховання, в якій бажання об'єкта навчального процесу задовольнятимуться вимогами викладача та нормативами дисципліни, а не навпаки.

Перспективами для подальших досліджень може бути визначення технологій удосконалення системи фізичного виховання студентів з різних видів фізкультурно-оздоровчої діяльності на підґрунті особистісноорієнтованого підходу.

Література

1. Рогалева Л. Н. Гуманізація спорту как фактор підвищення спортивного мастерства / Л. Н. Рогалева // Спорт, духовные ценности, культура. – М., 1997. – Вып. 3. – С. 300-301.
2. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимп. лит., 2003. – Том 2. – 392 с.
3. Боднар І. Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 - Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / І. Р. Боднар. – Луцьк, 2000. – 19 с.
4. Лeko Б. Диференціація фізичного виховання у ВНЗ – шлях до спорту для всіх / Б. Лeko // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХХПІ, 2003. – № 22 – С. 101-112.
5. Круцевич Т. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності / Т. Круцевич // Фіз. виховання в школі. – 1999. – № 1. – С. 47-50.