

**ПОРОХНЯВИЙ Андрій Вікторович**  
викладач кафедри фізичного виховання  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ  
**БРАТІШКО Наталія Анатоліївна**  
студентка юридичного факультету  
Дніпропетровського державного університету  
внутрішніх справ

## **АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ**

У наш час фізичне виховання розглядається як важливий компонент гуманітарного виховання, що спрямований на формування у підростаючого покоління фізичного та морального здоров'я, удосконалення фізичної та психічної підготовки до ведення активного життя, професійної діяльності і захисту Батьківщини. Фізичне виховання, на думку В. О. Сухомлинського – це «по-перше, турбота про здоров'я і збереження життя як вищої цінності. По-друге, система роботи, яка забезпечує гармонію фізичного розвитку і духовного життя, багатогранною діяльністю людини. Від гармонії фізичного розвитку залежить багатогранність духовного світу особистісно-моральне, інтелектуальне, емоційне, естетичне багатство потреб» [5].

Фізична підготовленість виступає не тільки як особистісна, але як і соціальна цінність. Фізична досконалість відображає ступінь фізичного розвитку здобувача, його рухових навичок і умінь, який дозволяє йому найбільш повно реалізувати свої творчі можливості. Фізичні та спортивні заходи, до яких залучаються здобувачі у вищих навчальних закладах у процесі фізичного виховання, є одним із ефективних механізмів злиття суспільного і особистого інтересів формування суспільно необхідних індивідуальних потреб. Проблема рухової активності безпосередньо пов'язана з їх підготовкою та фізичною активністю у повсякденному житті. Проблема фізичної підготовки здобувачів з роками не тільки втрачає своєї актуальності, а й висуває нові питання. Форми організації спортивно-оздоровчої роботи припускають і різну спрямованість

навчально-тренувальних занять. Зазвичай виділяють наступні форми організації та проведення занять: спортивно-тренувальні, оздоровчі та змагальні [2].

У даній роботі поставлено за мету проаналізувати деякі проблеми, які накопичились у фізичному вихованню здобувачів у вищих навчальних закладах. Однією із таких проблем є проведення якісного медичного огляду здобувачів. Часто трапляються випадки, коли під час занять здобувачам, за результатами медичного огляду визнано здоровим, стає зле. Викладачі змушені реагувати на такі випадки зменшенням навантаження під час занять, відмовою від підготовки і складання здобувачами деяких контрольних нормативів. На мою думку, такий підхід є хибним. Він нівелює і так невеликі можливості фізичного виховання з розвитку фізичних якостей та зміцненню здоров'я здобувачів. Медогляд треба проводити якісно, а після його проведення здоровий здобувач повинен отримувати достатнє фізичне навантаження.

Потребує вдосконалення і зміст навчальної дисципліни «фізичне виховання». В його структурі необхідно суттєво підсилювати професійну спрямованість. Вища школа – це школа професійна. Відповідним має бути в ній і фізичне виховання. Мова йде про перерозподіл навчальних годин на користь таких розділів як професійно-прикладна фізична підготовка та психофізична підготовка здобувачів. Доцільно виходити з того, що в рамках викладання фізичного виховання, як навчальної дисципліни, можна вирішувати важливі завдання психологічної та психофізичної підготовки майбутніх фахівців.

Відповідно вищесказаному, суттєвого покращення потребує також спортивно-масова робота у закладах вищої освіти. У зв'язку зі значним зменшенням штату викладачів на кафедрі фізичного виховання, зменшується кількість спортивно-масових заходів, які проводять заклади вищої освіти, зменшується кількість видів спорту, які культивуються в них. Це унеможливує врахування спортивних інтересів значної кількості здобувачів, обмежує можливості залучення їх до фізичної діяльності. Саме в розгортанні спортивно-масової роботи слід шукати резерви для збільшення рухової активності здобувачів.

Ще одна актуальна проблема – зниження ефективності освітньої програми держави та навчальних технологій у системі фізичного виховання студентської молоді. Крім того, більшість українських вищих навчальних закладів не забезпечують сучасних нормальних умов для гігієни здобувачів. Тобто, немає душових кабінок, облаштованих роздягальнь і таке інше. Оскільки заняття з фізичного виховання стоять поряд у розкладі із лекційними заняттями інших дисциплін, здобувачам потім некомфортно відчувати себе після занять у тому самому ж одязі.

Також не можна упускати той факт, що частина здобувачів лінується відвідувати заняття з фізичного виховання і цю проблему необхідно вирішувати шляхом підвищення мотивації. Наприклад, за мотивацією можуть виступати такі чинники:

- дружня солідарність, продиктована бажанням бути разом з друзями, співпрацювати з ними;
- суперництво, пов'язане з бажанням виділитися, підняти свій престиж і бути першим;
- фізичне вдосконалення, пов'язане з прагненням прискорити темпи власного розвитку, мати гідне місце в оточенні, домогтися уваги;
- спортивний мотив, зумовлений прагненням досягнути значних результатів.

Традиційна система фізичного виховання не в змозі ефективно впливати на розвиток індивідуальних фізичних здібностей, формування професійно-прикладних фізичних умінь та навичок здобувачів [3].

Крім того, у кожній групі здобувачів, за рівнем фізичної підготовки, можна виділити декілька груп. Наприклад, здобувачі з високим рівнем розвитку фізичної підготовки, здобувачі з достатньою та з мінімальною фізичною підготовкою. Спираючись на те, що ті здобувачі, які мають нижчий рівень підготовки, віддають перевагу не приходити на заняття з фізичного виховання, аби не потрапити під вплив булінгу від тих, хто має кращу фізичну форму.

Таку проблему можна вирішити, розробивши індивідуальний план занять або, передбачивши заняття у різний час для різних груп здобувачів за фізичною підготовкою. З метою мотивації, потрібно переводити здобувачів з найслабкішої групи до середньої, а потім – до найсильнішої, спираючись на фізичні успіхи й досягнення кожного здобувача.

Одним із способів запровадження якісних структурних змін у навчальному процесі з фізичного виховання у вищих навчальних закладах буде зміна форми і методика проведення практичних занять з фізичної культури зі здобувачами, з метою підвищення рівня розвитку основних фізичних якостей і зміцнення рівня їх здоров'я, цілеспрямованої підготовки до майбутньої ним трудової і соціальної діяльності [4].

Таким чином, необхідно спрямувати дисципліну «фізичне виховання» на:

- збереження і зміцнення здоров'я здобувачів, сприяння всебічному розвитку;
- формування у здобувачів високих вольових і фізичних якостей;
- розробити індивідуальні плани та заходи занять, орієнтовані на окремі групи здобувачів;
- для підвищення відповідальності здобувачів до занять фізичного виховання підвищувати рівень мотивації;
- впроваджувати у заняття різноманітні ігри й розваги, які спроможні зацікавити здобувачів [0].

Отже, фізичне виховання, як навчальна дисципліна, є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури особистості сучасного фахівця, системи гуманістичного виховання здобувачів. На сьогоднішній день є дієві способи вирішення проблем погіршенні рівня здоров'я студентської молоді та зниження ефективності освітнього процесу з фізичного виховання здобувачів у вищих навчальних закладах. Доведено фахівцями, що високу ефективність практики мають індивідуальні програми фізичного виховання здобувачів і використання здоров'язберігаючих підходів у формуванні в здобувачів компетенцій збереження здоров'я.

Використана література:

1. Алексейчук І. Мотиви занять фізичною культурою і спортом у вищій школі / І. Алексейчук, Н. Добровольська, О. Начата. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: Зб. наукових праць. Луцьк, 2002. Том 1. С. 173.
2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Круцевич Т. Ю. К.: Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т. 1. 390 с.
3. Осіпов А. Ю. Проблеми фізичного виховання здобувачів та пошук їх рішень: дисертація. URL: <https://docplayer.ru/31098092-Problemyfizicheskogo-vospitaniya-studentov-i-poisk-ih-resheniya.html>.
4. Приткова Е. Г., Мандриков В. Б. Актуальні проблеми і напрямки вдосконалення вузівського фізичного виховання. *Молодий вчений*. 2012. № 1. Т. 2. С. 118-122.
5. Сухомлинський В.О. Вибрані педагогічні твори в 3-х томах. Т.4. К: Педагогіка, 1986. 439 с.