

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ

Ткаченко П.П.

Поліський національний університет

Актуальність теми дослідження. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти закладів вищої освіти є важливим елементом їхньої загальної освіти, що забезпечує розвиток фізичних якостей, покращує здоров'я та сприяє формуванню здорового способу життя [1, 2, 4, 6 та ін.]. У сучасних умовах України, з огляду на соціально-економічні виклики, зміни в навчальних програмах та підходах до організації освітнього процесу, необхідність удосконалення системи фізичного виховання стає особливо актуальною. Від ефективності фізичного виховання залежить не тільки фізична культура здобувачів вищої освіти, але й їхня здатність до подолання стресових ситуацій, ефективної діяльності в умовах інтенсивної навчальної та професійної діяльності.

Зважаючи на динамічні зміни в освітній політиці України та вплив глобалізаційних процесів на навчальні програми, важливо зосередити увагу на наукових розробках, що стосуються інноваційних методик і підходів до фізичного виховання студентської молоді. Теоретико-методичне осмислення цього питання дозволяє виявити ефективні механізми удосконалення процесу фізичного розвитку здобувачів вищої освіти.

Мета дослідження даного дослідження є вивчення теоретико-методичних засад удосконалення системи фізичного виховання здобувачів закладів вищої освіти України, а також розробка науково обґрунтованих рекомендацій щодо підвищення ефективності цього процесу з урахуванням сучасних потреб студентів.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети в дослідженні були застосовані такі методи:

1. Аналіз наукової літератури з проблем фізичного виховання закладів вищої освіти.
2. Порівняльний аналіз наявних програм і методик фізичного виховання в закладах вищої освіти України.
3. Інтерв'ювання та анкетування здобувачів вищої освіти і викладачів фізичного виховання для вивчення актуальних проблем і потреб.
4. Експериментальний метод для апробації нових методичних підходів до фізичного виховання.

Результати дослідження показали, що існуюча система фізичного виховання в закладах вищої освіти України не відповідає в повній мірі вимогам сучасного суспільства та студентів [3, 6]. Порівняння існуючих навчальних планів дозволило виявити недоліки в організації процесу фізичного виховання,

зокрема, недостатню увагу до індивідуальних потреб студентів, низьку мотивацію до занять фізичною культурою, а також відсутність інтеграції фізичних вправ з іншими сферами життя студента [5, 7].

Одним з основних результатів дослідження стало виявлення необхідності інтеграції новітніх підходів до фізичного виховання, таких як:

Індивідуалізація програм навчання для здобувачів вищої освіти різного рівня фізичної підготовленості.

Інтерактивні методи навчання, які сприяють більшій зацікавленості у фізичних заняттях.

Використання цифрових технологій для моніторингу фізичної активності та створення персоналізованих рекомендацій.

Створення міждисциплінарних курсів, які поєднують фізичне виховання з іншими сферами (наприклад, психологія стресу, менеджмент здоров'я тощо).

Висновки. Фізичне виховання є важливим компонентом освіти здобувачів вищої освіти ЗВО, що впливає на їхнє фізичне здоров'я, соціалізацію та загальний розвиток. Існуюча система фізичного виховання в Україні потребує серйозних змін та вдосконалення, зокрема в частині адаптації до індивідуальних потреб здобувачів вищої освіти, інтеграції нових методик та технологій. Необхідно посилити увагу до мотивації студентів, сприяючи їхній зацікавленості в заняттях фізичною культурою через впровадження інтерактивних та інноваційних підходів. Розробка ефективних методик фізичного виховання, що поєднують традиційні та новітні підходи, дозволить значно покращити здоров'я студентів і сприятиме формуванню активної життєвої позиції щодо фізичної культури.

Таким чином, удосконалення системи фізичного виховання в закладах вищої освіти є необхідним кроком для підготовки здорової та фізично розвинутої молоді, що здатна успішно реалізовувати себе в професійній діяльності та особистому житті.

Список використаних джерел

1. Грибан Г.П., Сокирко О.С., Білоскаленко Т.О. Варіативне управління процесом формування здорового способу життя студентів. Спортивна наука – 2019: зб. наук. праць V всеукраїнської наук.-практ. конф. Гол. ред. Т. Б. Кутек. Житомир: Видавець О. О. Євенок, 2019. С. 17–21.
2. Грибан Г.П. Роль фізичного виховання у збереженні здоров'я учнівської і студентської молоді. Вища освіта в медсестринстві : проблеми і перспективи. Матер. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Житомир: Видавець О.О. Євенок, 2015. С. 247–252.
3. Грибан Г.П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів: монографія. Житомир: Вид-во «Рута», 2012. 514 с.
4. Грибан Г.П. Формування здорового способу життя у студентів у навчальному процесі з фізичного виховання. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вип. 118. Т. III. Чернігів: ЧНПУ, 2014. С. 97–101.
5. Грибан Г.П., Ткаченко П.П., Скорий О.С., Пилипчук П.Б. Фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні: метод. рекомендації для самостійної роботи здобувачів. Житомир: Поліський національний університет, 2023. 30 с.

6. Грибан Н.Г., Грибан Г.П. Стан та перспективи розвитку фізичної культури і спорту в соціальній інфраструктурі села. Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 10. Т. 3. Львів: НВФ «Українські технології». 2006. С. 22–27.
7. Коновальчук Б.Б., Грибан Г.П., Пилипчук П.Б. Формування мотивації до фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання. Спортивна наука – 2017: зб. наук. праць III Всеукр. наук.-практ. конф. (12 травня 2017 р.). Житомир: Вид-во ФОП Євенок О.О., 2017. С. 54–60.