

*Карпюк І. Ю. (Україна)*

## **СТРАТЕГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ РЕФОРМУВАННЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ**

Аналіз інформаційних джерел з фізичного виховання з позицій пріоритету здоров'я, тобто, наскільки ефективно використовуються теоретичні знання в галузі фізичної культури і практичні заняття фізичними вправами для вирішення загально-педагогічних завдань формування організму й особистості молодого спеціаліста, готового не тільки до активної трудової діяльності, й до здорового, не обтяжливого негараздами життя, свідчить про те, що ця проблема не поставлена.

Сучасні студенти на початку навчання мають низький рівень фізичної підготовленості і дуже низький рівень знань з фізичної культури, про можливість і необхідність засобами фізичної культури підтримувати й відновлювати особисте здоров'я.

Визнаючи незадовільним стан фізичного виховання студентів і необхідність заходів щодо удосконалення і навіть кардинальної перебудови системи занять фізичними вправами у вищих навчальних закладах, оцінюючи суттєві упущення в стані здоров'я студентів і низьку оздоровчу ефективність процесу фізичного виховання, яка знаходиться в протиріччі з потенційними можливостями занять фізичними вправами, пропонуються рішення, в яких студенти розглядаються відокремлено від навчально-виховного процесу.

Чисто “рухова” спрямованість занять фізичними вправами, яка не передбачає мобілізацію психоемоційних факторів, особистої зацікавленості студента, стає перепорою у вирішенні оздоровчих і виховних завдань фізичного виховання.

Такий підхід до проблем є не тільки неефективним, стає принципово неспроможним. Які б не були досконалі методи фізичного виховання і спортивного тренування, запозичені з теорії, методики і практики цих дисциплін, використання їх в системі навчання і виховання студентів потребує не механічного поєднання різнорідних компонентів, а зв'язування їх в єдине ціле.

Вирішення стратегічної мети фізичного виховання у вищому навчальному закладі передбачає розв'язання деяких протиріч і впровадження таких положень:

1. Формування зацікавленого ставлення студента до свого здоров'я, його збереження і відновлення. У соціально-психологічному аспекті вузівські заняття фізичним вихованням оцінюються багатьма студентами “як необхідний обов'язок”. Примус виховує упертість, небажання виконувати ні поради, ні вимоги педагога. Ігноруючи цю педагогічну аксіому, не можна домогтися ефекту у формуванні потреби

у фізичному вдосконаленні. Недооцінка цієї закономірності є однією з причин поступового виключення фізичного самовдосконалення зі сфери інтересів студентської молоді, зниження освітнього і виховного значення фізичного виховання.

Важливого значення набуває валеологічна освіта, у процесі якої у студентів формуються знання, уміння, навички, прищеплюється мотиваційно-ціннісне ставлення до укріплення і збереження особистого і суспільного здоров'я.

2. Адекватність змісту фізичної підготовки рівню здоров'я, фізичному стану і підготовленості студентів.

3. Відмова від стандартизації навчальних програм і розроблення програмно-нормативних основ фізичного виховання.

Стандарти в навчальному процесі потрібні як соціальна норма фізичної підготовленості молоді, як базис формування всієї системи фізичного виховання.

Державний статеві-віковий стандарт фізичної підготовленості повинен бути еталоном, до якого потрібно прагнути, але він не є еталоном здоров'я – головною метою фізичного виховання студентів.

4. Вільний вибір виду рухової активності, виходячи з особистих схильностей кожного студента.

Свобода вибору, самостійність у прийнятті рішень сприяє активному включенню студентів у процес фізичного самовдосконалення та підвищенню вимог особистості до самої себе.

На основі запропонованого підходу необхідно дати конкретні рекомендації, а також внести певні корективи у фізичне виховання студентів, яке може і повинно стати не тільки засобом фізичної підготовки, й, з урахуванням стану здоров'я, особливостей фізичного розвитку, підготовленості, інтересів і потреб майбутньої професії, ефективним фактором оздоровлення й адаптації організму та особистості студента до реальних умов життя.