

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Н.А.Деделюк

Dedeliuk.Nina@vnu.edu.ua

Волинський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк

Актуальність. У навчальному процесі доцільно відмовитися від примусового змісту фізичного виховання і звернутися до особистості студента, його інтересів і потреб у сфері фізичного і духовного виховання. Відсутність сформованої потреби студентів у систематичних заняттях фізичними вправами та байдуже ставлення до навчального процесу вимагають змін в організації фізичного виховання у ЗВО.

Метою є дослідження сучасних умов процесу фізичної підготовки студентів в умовах закладу вищої освіти, та можливості удосконалення організаційної структури спортивно-оздоровчої діяльності.

Матеріал і методи дослідження: аналіз науково-методичної, правової і програмно-нормативної бази, педагогічне тестування, анкетування, педагогічне спостереження, організаційно-педагогічний експеримент, медико-біологічні методи, моделювання, математико-статистична обробка результатів дослідження. У дослідженні брали участь студенти першого – четвертого курсів Волинського національного університету імені Лесі Українки, які віднесені за станом здоров'я до основної медичної групи.

Результати дослідження дають підстави константувати, що стан фізичної підготовленості студентів протягом навчання у вищому навчальному закладі погіршується (кількість студентів з високим рівнем фізичної підготовленості до четвертого року навчання значно зменшується, а з нижчим за середній рівнем – зростає майже до 50 %).

Очевидно, що необхідні організаційні зміни у системі навчальних і позанавчальних занять для забезпечення позитивного впливу на рівень фізичної підготовленості та здоров'я студентів. Респонденти обох статей насамперед запропонували замінити традиційний зміст занять, запровадити

заняття за вибором, заміна навчальної форми занять на факультативну та розширення теоретичного розділу, покращити умови проведення занять та збільшити їх кількість, проводити їх більш цікаво.

Комплексний підхід до організації процесу фізичного виховання, покладений в основу запропонованої моделі, сприяв покращенню показників відвідування занять (на 20,3 %), зменшенню пропусків занять через хворобу (на 70,7 %), підвищенню рівня фізичної підготовленості (на 21,5 % зростає кількість студентів з високим РФП і на 14,9 % зменшилася кількість студентів із нижчим за середній РФП) та рівня фізичного здоров'я (зростає кількість студентів з вищим за середній РФЗ (на 18,0 %), і на 7,0 % знизилася кількість студентів з низьким РФЗ).

Висновки та перспективи подальших досліджень. Заняття обраним видом спорту у процесі обов'язкових занять з фізичного виховання за розкладом мали значно вищий позитивний вплив на фізичний стан студентів. За час експерименту в цілому серед студентів експериментальних груп кількість осіб з середнім та вищим за середній рівнями фізичного здоров'я зростає на 42,7% та 118,7%, а серед студентів контрольних груп на 13,2% та 25% відповідно.

Дослідження показників фізичної підготовленості студентів дозволяє стверджувати: заняття з фізичного виховання у групах зі спортивною спрямованістю відіграли роль об'єднуючої ланки між навчальними та позанавчальними формами занять і сприяли підвищенню рухової активності студентів, а також збільшенню кількості студентів із високим РФП.

Джерела та література

1. Bielikova Natalia, Dedeliuk Nina. Organizational and methodological aspects of primary swimming teaching for junior schoolchildren. *Pedagogy and Psychology of Sport*. 2020; 6(3):135-143.
2. Модель організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів / Н. А. Деделюк та ін. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2018. (1(41)). С. 29-35. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-01-29-35>.

3. Про затвердження тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (Наказ Міністерства Молоді і спорту України № 4665 від 15.12.2016) [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/z0195-17/page4>.

