

## ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК СТУДЕНТІВ УНІВЕРСИТЕТІВ У ПОЗААУДИТОРНІЙ СПОРТИВНО-МАСОВІЙ РОБОТІ

Вінницький національний технічний університет<sup>1</sup>

### *Анотація*

*У статті розглянуто передумови, закономірності та чинники реалізації системи самовдосконалення фізичного розвитку студентів університетів в позааудиторній спортивно-масовій роботі.*

**Ключові слова:** студенти, фізичний розвиток, позааудиторна спортивно-масова робота.

### *Abstract*

*The article considers the prerequisites, patterns and factors of implementation of the system of self-improvement of physical development of university students in extracurricular sports and mass work.*

**Key words:** students, physical development, extracurricular sports and mass work.

### **Вступ**

На сучасному етапі розбудови демократичного суспільства в Україні здоров'я громадян є одним із складників національного розвитку. В зв'язку з цим процес фізичного самовдосконалення і зміцнення здоров'я студентської молоді є одним із головних завдань соціальної програми нашої держави. Для розв'язання цього завдання необхідно сформувавши в студентів стійку мотивацію до самовдосконалення, здійснити комплекс здоров'язберігальних заходів, спрямованих на усвідомлення ними цінності власного здоров'я.

З набуттям Україною незалежності було прийнято низку державних документів, що стосуються покращення здоров'я населення країни (Закон України «Про охорону здоров'я» (2014 р.), Комплексна програма «Здоров'я нації» (2002 р.), Закон України «Про освіту» (2017 р.), Закон України «Про вищу освіту» (2014 р.), Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012 – 2021 роки, «Закон України про фізичну культуру і спорт» (1994 р.), Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні (1994 р.), Закон України «Про професійну (професійно-технічну) освіту» (1998 р.), наказ МОНУ «Про затвердження Рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року» (2021 р.). Тому в сучасних умовах розвитку країни, зокрема в часи стрімкого реформування освітньої сфери, важливим суспільним і освітнім пріоритетом є забезпечення здоров'я населення України, що актуалізує потребу підвищення ефективності фізичного самовиховання студентської молоді в освітньому процесі закладів вищої освіти. Відповідно до вищевказаних цільових програм збереження й примноження здоров'я громадян особливу увагу планується приділити ролі фізично-спортивної діяльності в особистісному самотворенні студентської молоді.

Однак нині назріла необхідність цілісного осмислення передумов, закономірностей і психолого-педагогічних чинників реалізації системи самовдосконалення фізичного розвитку студентів університетів в позааудиторній спортивно-масовій роботі за умов погіршення епідеміологічної ситуації в Україні та здоров'я української нації в цілому. Особливої уваги заслуговує проблема проєктування та впровадження педагогічної системи самовдосконалення

фізичного розвитку студентів університетів у позааудиторній спортивно-масовій роботі на основі вивчення її специфіки і виховного потенціалу.

### **Результати дослідження**

З огляду на актуальність і доцільність дослідження виникає необхідність подолання низки суперечностей: між поліфункціональним характером процесу підготовки студентів до майбутньої професійної діяльності з урахуванням збереження і зміцнення їхнього здоров'я і рівнем сформованості в них ціннісного ставлення до фізичного самовдосконалення; необхідністю підвищення рівня рухової активності студентів в позааудиторний час і недосконалим програмно-методичним забезпеченням навчального процесу з фізичного виховання; традиційною організацією процесу фізичного виховання студентів в рамках аудиторної і позааудиторної діяльності освітніх установ; між цілями збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді, зумовленими зміною освітніх парадигм, і недостатністю уявлень про здійснення даного процесу в умовах сучасного розвитку та становлення фізичного виховання.

Різноманітними аспектами цієї проблеми в Україні займаються такі авторитетні фахівці як І. Бех, А. Бойко, Я. Болюбаш, В. Бондар, Г. Дмитренко, А. Колот, В. Кремень, О. Савченко, О. Сухомлинська та інші. У сучасних наукових дослідженнях Л. Вергель, В. Гончарук, Л. Йовенко, Н. Сивачук, І. Терешко формування фізично розвиненої особистості пов'язуються з позааудиторною діяльністю. Л. Йовенко вказує, що такий вид роботи будується на принципах зацікавленості й добровільної участі в ній і врахування індивідуальних інтересів та нахилів студентів (Базицьук, 2004; П'ятничук, 2013) [1].

Дослідження таких вчених, як О. Дубогай, М. Дутчак, Н. Завидівська, С. Канішевський, Ю. Новицький, С. Присяжнюк, К. Приходченко указують на те, що у переважній більшості студентів відсутні навички здорового способу життя та зовсім немає бажання до занять фізичними вправами [2] і переконують у тому, що студенти закладів вищої освіти не мають достатньо знань про фізичне самовдосконалення, способи збереження та зміцнення здоров'я, у них ще не сформовані навички здорового способу життя, багато хто нездатний оцінити вплив факторів навколишнього середовища на здоров'я людини й генофонд майбутніх поколінь.

Констатуємо протиріччя: з одного боку, виникла потреба в спеціалістах зі стійкою мотивацією на фізичне самовдосконалення, здатних реалізувати свої навички до здорового й творчого життя у професійній діяльності, а з іншого боку, – спостерігаємо відсутність науково-практичних рекомендацій з підготовки студентської молоді до фізичного самовдосконалення в позааудиторній спортивно-масовій роботі університетів.

Таким чином, в умовах навчання і середовища, які постійно змінюються, на наш погляд необхідно забезпечити продуктивні заняття фізичною культурою і спортом зі студентами університетів у позааудиторний час з урахуванням їх спортивних уподобань. Для цього у ВНТУ щорічно проводиться спартакіада серед збірних команд факультетів та працюють спортивні секції з видів спорту. Така форма занять є корисною і ефективною. Вона дозволяє залучати до занять велику частину студентів які мають спортивний розряд і студентів без розрядів. Така позааудиторна спортивно-масова робота не потребує додаткових витрат на спортивне обладнання й інвентар, а завдяки професійним тренерам-викладачам кафедр фізичного виховання дає змогу продуктивно керувати тренувальним процесом та позитивно впливати на фізичний розвиток здобувачів освіти й в подальшому впливати на формування їхнього здоров'я.

### **Висновки**

Тому, відповідно до викладеного матеріалу, формування фізичного розвитку студентів університетів у позааудиторній спортивно-масовій роботі є актуальним завданням, на яке треба звернути увагу, оскільки підняте питання потребує більш глибокого комплексного аналізу, а перспективою для подальших досліджень може бути ціла низка завдань: обґрунтування концептуальних основ системи самовдосконалення фізичного розвитку студентів університетів у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи; розкриття сутності, визначення

закономірностей та психолого-педагогічних чинників системи самовдосконалення фізичного розвитку студентської молоді; проектування і впровадження педагогічної системи підготовки студентської молоді до самовдосконалення фізичного розвитку в позааудиторній спортивно-масовій роботі університетів; розробка методики педагогічної підтримки фізичного розвитку студентської молоді в позааудиторній спортивно-масовій роботі університетів.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Довгань Н. Ю. Виховання фізичної культури студентів закладів вищої освіти у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи (теоретико-методичний аспект). Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка № 4 (327), Ч. I, 2019, С. 44-53.

2. Завидівська Н., Грибовська І., Щур Л. Особливості освітньої спрямованості процесу здоров'язбережувального навчання студентів вищих навчальних закладів // Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Львів: НВФ «Українські технології», 2014. Вип. 16. Т. 4. С. 33–38.

3. Овчарук В.В. Аналіз ставлення студентів ВНТУ до здорового способу життя та фізичного виховання. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Вип. 17. Вінниця : ВДПУ, 2014. С. 230–235.

4. Овчарук В. В. Адаптація змісту освіти з дисципліни «Фізичне виховання» з урахуванням професійної специфіки студентів технічного профілю [Текст] / В. Овчарук // Збірник наукових праць. Педагогічні науки. – Херсон, 2019. – Вип. LXXXVI. – С. 251-255. – URL: <http://ir.lib.vntu.edu.ua/handle/123456789/24378>.

5. Овчарук В.Г., Овчарук В.В., Іскра, Б.І. Особливості мотивації до факультативних занять з фізичної культури у студентів ВНТУ. Матеріали L науково-технічної конференції підрозділів Вінницького національного технічного університету (НТКП ВНТУ–2021) : збірник доповідей. – Вінниця, 2021. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/allvntu/index/pages/view/zbirn2021>.

6. Овчарук, В. Г., Овчарук, В. В. Формування здоров'язберігаючого середовища для студентів ВНЗ. Матеріали XLV науково-технічної конференції підрозділів Вінницького національного технічного університету (НТКП ВНТУ–2016) [Електронне мережне наукове видання] : збірник доповідей. – Вінниця : ВНТУ, 2016. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-fmt/index/pages/view/zbirn2016>.

**Овчарук Віра Григорівна** — майстер спорту України, старший викладач кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця, [ovcharukvira@gmail.com](mailto:ovcharukvira@gmail.com).

**Овчарук Василь Володимирович** — к. пед. н., доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця.

**Іскра Богдан Ігорович** – студент ФФЕЕМ, група 1ЕМ-20б, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця.

**Ovcharuk Vira G.** — senior lecturer at the Department of Physical Education, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, [ovcharukvira@gmail.com](mailto:ovcharukvira@gmail.com).

**Ovcharuk Vasyl V.** — Candidate of Pedagogical Sciences, associate professor, Head of the Department of Physical Education, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia.

**Iskra Bohdan I.** – student FPEEM, group 1EM-20b, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia.