

## Концептуальні засади фізичного виховання студентської молоді у ВНЗ Російської Федерації

*Рівненський державний гуманітарний університет (м. Рівне)*

**Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень.** У цій статті спробуємо охарактеризувати концептуальні засади фізичного виховання студентської молоді у вищих навчальних закладах на досвіді Російської Федерації, розглянути сучасні тенденції та проаналізувати систему фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів відповідно до вимог Державного стандарту вищої освіти Російської Федерації щодо навчального предмета «Фізична культура».

На проведеному аналізі останніх досліджень і публікацій у російській педагогічній науці актуальним є обґрунтування нових підходів до фізичного виховання молоді генерации, насамперед таких, які відповідають вимогам сучасної логіки й методології науки; органічно вписуються в загальну теорію виховання особистості та розвитку суспільства; дають можливість виокремити й розв'язувати філософські, культурологічні, соціологічні та психолого-педагогічні проблеми, оволодіти знаннями про власний організм, про його фізичний, соціальний і духовний стани, про засоби впливу на організм за допомогою фізичних вправ та вміння їх ефективно використати в повсякденній життєдіяльності [1].

**Завдання** дослідження – здійснити узагальнення набутого досвіду й виокремити основні тенденції сучасного фізичного виховання російських студентів.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Під тенденціями розвитку фізичного виховання ми розуміємо напрями його розвитку, які обумовлюються впливом соціальних, культурних і наукових чинників. Тенденції мають проєктивний характер, визначають напрями розвитку фізичного виховання студентської молоді не тільки на сьогодні, а й накреслюють подальші перспективи.

Маємо можливість виокремити шість *основних тенденцій розвитку фізичного виховання студентської молоді Російської Федерації*.

1. Поєднання соціального, морального, загальнокультурного й професійного в розвитку особистості студента в умовах широкої гуманітаризації вищої освіти.

Гуманітаризація виступає об'єктивною необхідністю та закономірною тенденцією в розвитку фізичного виховання. Вона обумовлена як потребою гуманітаризації фізичного статусу суспільства, його демократизацією й зростанням у цьому зв'язку вимог духовної, моральної та фізичної культури особистості майбутнього спеціаліста, так і внутрішнім розвитком самої системи фізичного виховання і її переходом від екстенсивного до інтенсивного, якісно нового принципу розвитку особистісного начала навчання й виховання у сфері фізичної культури.

У сучасних умовах відбуваються кардинальні зміни в цілях вищої освіти – відмова від орієнтації на засвоєння переважно готових знань, висновків, узяття курсу на формування установок на розвиток життєвої та соціальної компетентностей особистості, плекання високодуховних людей, які можуть самостійно приймати адекватні рішення в ситуації вибору, прогнозуючи можливі наслідки, що здатні до співпраці й відрізняються мобільністю, динамізмом, конструктивністю, фізичною культурою, мають розвинене почуття відповідальності за долю своєї країни [7].

Для покращення підготовки студентської молоді з фізичної культури в російських ВНЗ активно використовуються індивідуалізація та диференціація навчально-виховного процесу, визначення такого змісту фізичного виховання й методів його реалізації, що максимально відповідали б індивідуальним можливостям, нахилам та інтересам студентів. На цій основі забезпечується індивідуальний і диференційований підходи до навчання, що надає кожному студенту широкі можливості максимально розвивати свої здібності й успішно опанувати обрану професію.

Підвищення ефективності підготовки з фізичного виховання залежить від умов формування в майбутніх фахівців спеціальних здібностей, зумовлених наявністю системи професійних знань, умінь і навичок [6, 9–14].

2. Індивідуальна спрямованість навчально-виховного процесу, орієнтація на особистість студента, його всебічний розвиток; скерованість діяльності викладача не лише на інтелектуальний розвиток студента, а й на його емоційну сферу, покращення стану здоров'я, рухової підготовленості, самореалізація власного потенціалу, що наповнює розвиток студентів багатобічністю та гармонійністю.

Основним завданням фізичного виховання студентської молоді, як уже зазначалося, є формування фізичних, фізіологічних і психічних якостей, що сприяють досягненню й підтримці достатньої готовності до успішної професійної діяльності. Ефективність фізичного виховання студентів у сучасних умовах значною мірою залежить від кваліфікації викладацького складу кафедр фізичного виховання та визначається наявністю навчально-методичного, програмного забезпечення й достатньою матеріально-технічною базою.

У більшості російських ВНЗ розроблено структуру професійно важливих рис майбутнього фахівця, прийнятної для всіх спеціальностей, яка складається з трьох блоків:

- фізичні якості (наприклад витривалість – загальна, статична, динамічна й ін.);
- психофізіологічні резерви, що складаються з фізіологічних функцій (зору, слуху); сенсомоторних реакцій; фізіологічних якостей (стійкості серцево-судинної, нервової систем, функціональної стійкості) і пізнавальних функцій мозку (пам'ять – вербальна, зорова, слухова, рухова, обсяг; увага – концентрація, переключення тощо);
- психічні можливості, які складаються з інтелектуальних здібностей (словесно-логічні, обчислювальні, швидкість мислення та ін.).

3. Зростання автономії навчальних закладів і їх ролі як громадських інституцій, застосування авторських технологій педагогічної діяльності в проведенні занять. Урахування під час розробки програм фізичного виховання географічно-кліматичних умов, у яких функціонує ВНЗ, матеріальної бази вищого навчального закладу, інтересів і нахилів студентів, упровадження активних форм і методів фізичного виховання студентів.

Ефективність фізичного виховання у ВНЗ залежить від культурного середовища закладу освіти, медійного середовища, здоров'язберігального середовища, матеріально-технічної бази, системи морального, матеріального стимулювання суб'єктів виховної діяльності.

Важливою умовою ефективного фізичного виховання є здійснення медико-фізіологічного, соціологічного, психолого-педагогічного моніторингу за станом здоров'я суб'єктів педагогічного процесу, який має бути обов'язковим атрибутом педагогічного простору вищого навчального закладу.

Базовою умовою повноцінної реалізації концепції виховання студентів, що ґрунтується на пріоритетах їхнього фізичного, духовного та соціального здоров'я, є необхідна сучасна матеріально-технічна й спортивна база і її ефективне використання. Велике значення має цільове фінансування матеріального стимулювання викладачів, співробітників, студентів, тобто всіх суб'єктів педагогічного процесу [10, 200–201].

Розробку технології викладання фізичної культури у ВНЗ Російської Федерації здійснюють, об'єднуючи вищі навчальні заклади за галузями (юридичні; педагогічні; інженерні за різними напрямками та ін.), розв'язуючи завдання, поставлені Державним освітнім стандартом й діючою зразковою програмою для ВНЗ, які ми детально проаналізували в попередньому параграфі. Зразкова програма з фізичної культури стала прогресивним кроком у формуванні всебічно та гармонійно розвиненої особистості випускників ВНЗ і спричинила серйозну перебудову роботи викладацького складу. Варіюючи розділи й напрями роботи, викладачі одержали реальну можливість зробити навчальний процес кафедр фізичного виховання не тільки корисним, а й цікавим безпосередньо для студентів [3].

4. Формування здорового способу життя студентської молоді.

Здоровий спосіб життя – це сукупність індивідуальних форм і способів організації та реалізації щоденної життєдіяльності, яка існує в гармонійній єдності з умовами життя. Здоровий спосіб життя – це форми й способи життя та діяльності людини, які спрямовані на збереження, зміцнення й зцілення здоров'я. Лише здорова людина здатна повноцінно виконувати свої соціальні та професійні функції, жити довго й повноцінно в гармонії із собою та навколишнім світом, бути максимально корисною для соціуму.

Поняття здорового способу життя становить систему комплексного використання багатьох його елементів для досягнення кінцевої мети збереження, зміцнення, зцілення та подовження повноцінного життя.

Ставлення до фізичної культури як цінності повинно розглядатися студентами вищих навчальних закладів через потреби, інтереси, мотиви, цінності й установки особистості. Ставлення до цінностей фізичної культури в сукупності всіх компонентів служить стрижневою психологічною характеристикою діяльності майбутнього фахівця, виявляється в спрямованості особистості як найбільш узагальненій та інтегральній характеристиці її внутрішньої активності, що фокусує її внутрішній стан.

У процесі формування в студентів здорового способу життя акцент робиться на фізкультурно-спортивних інтересах. Формування потреб у фізичній активності (а саме ці завдання доцільно вважати визначальними у фізичному вихованні) передбачає наявність різноманітних способів задоволення цих потреб і право їх вільного вибору, що й передбачає більшість охарактеризованих нами навчальних програм.

До факторів способу життя, що впливають на показники здоров'я, нині відносять переважно фактори поведінки, у тому числі режим харчування, звички, фізичну активність, репродуктивну поведінку, уживання медикаментів, використання вільного часу. До них також належать фактори соціально-економічного характеру: рівень освіти, урбанізація, матеріальне становище, умови праці, житлові умови, стан довкілля. На стан здоров'я впливає й рівень внутрішньої культури людини.

Серед факторів здорового способу життя важко виділити головні та другорядні, бо лише в комплексі вони можуть давати бажаний оздоровчий ефект, формувати й розвивати здоров'я людини. Проте не можна не виділити такий фактор нашого способу життя, як рухова активність людини, її звичний руховий режим, від особливостей якого значною мірою залежить здоров'я, а саме рівень і гармонія фізичного розвитку, функціональний стан організму. У руховій активності приховані величезні можливості для розвитку й мобілізації фізичних здібностей, що відіграють істотну роль у розвитку індивіда та суспільства [4].

Здоровий спосіб життя, на думку провідних російських спеціалістів у сфері фізичної культури, – це реалізація комплексу єдиної науково обґрунтованої медико-біологічної й соціально-економічної системи профілактичних заходів, у якій важливе значення мають правильне виховання, належне поєднання праці та відпочинку, розвиток стійкості до психоемоційних перевантажень, подолання труднощів, пов'язаних зі складними екологічними умовами існування й усунення гіпокінезії [7, 10].

5. Повідомлення студентам певних валеологічних знань, які є підставою для запровадження фізичної культури в повсякденний побут особистості, турботу про збереження та зміцнення свого здоров'я.

Валеологічний принцип у сучасному педагогічному процесі виводить на перший план виховання особистості, яка здатна виступати як регулятор і творець свого здоров'я з урахуванням багатьох факторів: індивідуальних здібностей та особливостей, характеру, темпераменту, віку, статусу, життєвого досвіду тощо. Отже, дослідники детермінують здоров'я не лише з біологічних позицій, а для його повного розуміння й осмислення апелюють до рівня соціальних відносин [5].

1996 р. в Росії на державному рівні створено комісію, для підготовки валеологічного кодексу Росії, яку очолив доктор філософських наук, професор В. Петренко. У кодексі проголошено не лише право людини на здоров'я, на неї також покладається обов'язок дбати про стан свого здоров'я та здоров'я своїх рідних, зміцнювати й загартовувати його, боротися зі згубними звичками, дотримуватися правил і норм здорового способу життя. Здоров'я проголошено основою повноцінної та щасливої життєдіяльності, працездатності, активного довголіття, незалежності й свободи особистості [2].

6. Удосконалення системи самостійної роботи студентів. Самостійна діяльність студентів із фізичного виховання передбачає пошук нових знань за допомогою самостійно вибраних засобів. Процес активного засвоєння знань відбувається успішно в тому випадку, якщо студенти чітко уявляють структуру пізнавальної діяльності, тобто склад і взаємозв'язок її окремих елементів.

Підготовка студентів до самостійної діяльності з розвитку фізичних якостей передбачає:

- озброєння студентів теоретичними знаннями про фізичні якості;
- постановку завдань у досягненні оптимального для цього віку розвитку всіх рухових якостей;
- навчання студентів виконувати фізичні вправи й адекватно добирати їх для розвитку тієї або іншої фізичної якості;
- озброєння студентів методами вправ і їхніми компонентами (фізичне навантаження, об'єм фізичного навантаження, тривалість і характер відпочинку);
- навчання студентів самоконтролю в оцінюванні динаміки розвитку рухових якостей та реакції організму на навантаження;

– навчання студентів у складанні плану індивідуальних тренувальних занять із розвитку фізичних якостей.

Водночас перспективними тенденціями розвитку фізичного виховання студентської молоді Російської Федерації вважаємо пропаганду цінностей здорового способу життя та залучення молоді до занять фізкультурою й спортом; зростання ролі держави в управлінні окресленим процесом; переміна мотивів людей на користь зміцнення та збереження здоров'я ще в молодому віці; виокремлення взаємозв'язку з екологією; використання індивідуальних форм занять; захопленість молоді не тільки традиційними, а й екстремальними видами спорту; доступність фізкультури й спорту для людей різного статку та соціального походження; емансипація й розвиток сімейного масового спорту, широке використання оздоровчих програм і тренажерів; посилення впливу ЗМІ; надання допомоги інвалідам у заняттях спортом; широке залучення волонтерів [9].

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Як показало дослідження, виявлені позитивні тенденції сприяють демократизації освіти, кращому задоволенню освітніх потреб кожної людини, дають змогу значно ефективніше використовувати місцеві ресурси в освіті. Ці тенденції розвитку фізичного виховання студентської молоді Російської Федерації спрямовані на підвищення конкурентоспроможності та привабливості вищої освіти в глобальному освітньому просторі. Упровадження в процес фізичного виховання окреслених тенденцій дає змогу не тільки підсилити позитивний вплив занять на організм студентів, а й зробити заняття більш цікавими й пізнавальними, навчити студентів використовувати різні засоби фізичного розвитку в самостійній роботі.

#### Список використаної літератури

1. Основы теории и методики физической культуры : учеб. для техн. физ. культуры / под ред. А. А. Гужаловского. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 352 с.
2. Очерки по теории физической культуры : тр. учёных соц. стран / сост. и общ. ред. Л. П. Матвеева. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 248 с.
3. Педагогика : учеб. пособие для студ. пед. учеб. заведений / [В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов]. – 4-е изд. – М. : Шк. пресса, 2002. – 512 с.
4. Песталоцци И. Г. Избранные педагогические произведения : в 3 т. / И. Г. Песталоцци. – М. : Изд-во АПН РСФСР, 1963.
5. Пономарев Н. И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания / Н. И. Пономарев. – М. : Физкультура и спорт, 1970. – 248 с.
6. Пономарев Г. В. Государственные образовательные стандарты в области физической культуры и спорта: проблемы и перспективы усовершенствования / Г. Н. Пономарев // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 12. – С. 9–14.
7. Программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006–2015 годы» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://www.programs-gov.ru/12\\_1.php](http://www.programs-gov.ru/12_1.php)
8. Программа физического воспитания студентов высших учебных заведений Республики Беларусь. – Мн. : РИВШ БГУ, 1992. – 46 с.
9. Программы педагогических институтов. Теория педагогики для студентов всех специальностей / сост. Я. И. Бурлака. – Киев : РУМК, 1991. – 20 с.
10. Психология здоровья : учеб. пособие / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2003. – 212 с.
11. О введении третьего дополнительного часа физической культуры в образовательных учреждениях Российской Федерации [Электронный ресурс] / Письмо Министерства образования РФ 12 августа 2002. – Режим доступа : [edu.doal.ru > predm/laws18/pis135199.doc](http://edu.doal.ru/predm/laws18/pis135199.doc)

#### Анотації

*У статті охарактеризовано концептуальні засади фізичного виховання студентської молоді у вищих навчальних закладах на досвіді Російської Федерації, розглянуто сучасні тенденції та проаналізовано систему фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів відповідно до вимог Державного стандарту вищої освіти Російської Федерації щодо навчального предмета «Фізична культура». Завдання роботи – на основі досвіду розвитку фізичного виховання студентської молоді у ВНЗ Російської Федерації розглянути та охарактеризувати основні тенденції розвитку фізичного виховання у ВНЗ. Розглядаючи концептуальні засади фізичного виховання студентської молоді у вищих навчальних закладах Російської Федерації й проаналізувавши систему фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів відповідно до вимог Державного стандарту вищої освіти Російської Федерації щодо навчального предмета «Фізична культура» (шифр ГСЕ.Ф.02), здійснено узагальнення набутого досвіду та виокремлено основні тенденції сучасного фізичного виховання російських студентів. Визначені тенденції мають проєктивний характер, визначають напрями розвитку фізичного виховання студентської молоді не тільки на сьогодні, а й окреслюють подальші перспективи розвитку фізичного виховання.*

**Ключові слова:** тенденції розвитку фізичного виховання, валеологія, студентська молодь, виховання, фізична культура.

**Василий Василук. Концептуальные основы физического воспитания студенческой молодёжи в вузах Российской Федерации.** В статье охарактеризованы концептуальные основы физического воспитания студенческой молодёжи в высших учебных заведениях на опыте Российской Федерации, рассматриваются современные тенденции и анализируется система физического воспитания студентов высших учебных заведений в соответствии с требованиями Государственного стандарта высшего образования Российской Федерации по учебному предмету «Физическая культура». Задачи работы – на опыте развития физического воспитания студенческой молодёжи в вузах Российской Федерации рассмотреть и охарактеризовать основные тенденции развития физического воспитания в вузе. Рассматривая концептуальные основы физического воспитания студенческой молодёжи в высших учебных заведениях Российской Федерации и проанализировав систему физического воспитания студентов высших учебных заведений в соответствии с требованиями Государственного стандарта высшего образования Российской Федерации по учебному предмету «Физическая культура» (шифр ГС.Ф.02), осуществлено обобщение накопленного опыта и выделены основные тенденции современного физического воспитания российских студентов. Итак, тенденции имеют проективный характер, определяют направления развития физического воспитания студенческой молодёжи не только в настоящее время, но и намечают дальнейшие перспективы развития физического воспитания.

**Ключевые слова:** тенденции развития физического воспитания, валеология, студенческая молодёжь, воспитание, физическая культура.

**Vasyl Vasyluk. Conceptual Basics of Physical Education of Student Youth in Higher Educational Establishments of the Russian Federation.** In this article we have characterized conceptual basics of physical education of student youth in higher educational establishments in the Russian Federation. We have also studied modern tendencies and analyzed the system of physical education of students in higher educational establishments according to requirements of State standard of higher education of Russian Federation in subject «Physical culture». Tasks of the work. 1. Following the experience of physical education of student youth in higher educational establishments of the Russian Federation it is necessary to analyze and characterize main tendencies of physical education development in higher educational establishments. 2. Examining of conceptual basics of physical education of student youth in higher educational establishments of the Russian Federation and after analyzing of the system of physical education of students of higher educational establishments according to requirements of State standard of higher education of Russian Federation in subject «Physical culture» we have generalized received experience and singled out main tendencies of modern physical education of Russian students. The tendencies have projecting character, define the direction of physical education development of student youth in present time and project future perspectives of physical education development.

**Key words:** tendencies of physical education development, valueology, student youth, education, physical culture.