

УДК 796.412:615.825.1: 615.851.83: 004.4

*Кривенцова И.В., Ильницкая А.С., Клименченко В.Г., Горбань И.Ю.*

## АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ УКРАИНЫ

*Физическая активность и позитивное отношение к физкультурно-спортивной деятельности – важный элемент организации физического воспитания студенческой молодежи. В высшей школе необходимо привлекать студентов к занятиям физическими упражнениями и формировать у них профессиональную физическую культуру личности. Освещена проблема низкой мотивации к физической культуре у современных студентов. Повышение качества жизни студентов, в том числе средствами физической культуры, должно быть приоритетом в деятельности заведений образования.*

**Ключевые слова:** студенты, физическое воспитание, физическая культура, здоровье, образ жизни, контроль, мотивация, молодежь.

**Постановка проблемы. Анализ последних исследований и публикаций.** Сегодня высшая школа в Украине претерпевает процессы реформирования. Физическое воспитание рассматривается как дисциплина вне учебных планов, что существенно отражается на качестве непрофессионального физкультурного образования будущих специалистов.

Приоритетом в современной государственной политике должно быть физическое здоровье, качество жизни и образованность населения. Это, прежде всего, касается студенческой молодежи. Физическая культура представлена в высших учебных заведениях, до последнего времени была представлена, как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Являясь составной частью общей культуры и профессиональной подготовки студента в течение всего периода обучения, физическая культура должна входить обязательной дисциплиной в гуманитарный компонент образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство [3, 4, 7]. Понимание физической культуры личности студента как ценности может стать действенным фактором формирования резервов различных видов физической культуры, формирования прогрессивных тенденций в развитии общественного мнения и потребностей в освоении ценностей физической культуры, как вида культуры будущего специалиста [6].

В последние годы физическая культура не приобретает, а теряет свой вес в обществе, особенно среди студенческой молодежи. Производятся многочисленные кадровые сокращения специалистов в сфере физической культуры и спорта, в том числе и в высших учебных заведениях и зачастую сами студенты уделяют недостаточное внимание своему здоровью. Эта проблема назревала годами и практически достигла своей наивысшей точки.

Занятия физической культурой, прежде всего, должны нести оздоровительную направленность и содержать инклюзивный компонент образования, о котором говорится и на государственном уровне. Но при этом, во многих вузах учебная дисциплина "Физическое воспитание" вынесена за рамки учебных планов, что само по себе отменяет форму контроля в виде зачетов. В связи с такими нововведениями возникает ряд проблем: резкое снижение посещаемости, отсутствие мотиваций к занятиям физическим воспитанием и сознательного отношения к своему здоровью у студенческой молодежи, а также возможности эффективно осуществлять учебный процесс по формированию у студентов личностной физической культуры будущего специалиста со стороны преподавателей. Как следствие, у студентов наблюдается гиподинамия, быстрая утомляемость, уменьшение сопротивляемости иммунитета к респираторным заболеваниям, понижается успеваемость и общая работоспособность [4].

В период завершения возрастного формирования организма важным фактором является всестороннее развитие физических качеств, необходимых для полноценной физической подготовки к предстоящей жизненной практике, и это должно отразиться, прежде всего, в выполнении нормативов по физической подготовке [8].

Новый образ современного образования должен определять и новое культурологическое, гуманитарное мышление, как студентов, так и преподавателей высших учебных заведений. Все мы знаем, что студенческая жизнь – это уникальный этап становления человека, связанный с периодом расцвета его физических и духовных возможностей, ведь в этом возрасте происходит интенсивная социализация личности и понимание важности собственного интеллектуального и физического развития как предпосылки успешной профессиональной подготовки к будущей профессиональной деятельности. Чтобы найти себя в новых условиях, молодежи необходимо овладеть не только интеллектуальными знаниями, являющиеся результатом самостоятельного и критического осмысления фактов и информации, а также освоить прикладные навыки, предназначенные помочь решить проблемы в мире и в социуме. К ним относят так называемые "soft-skills", то есть гибкость, способность работать в команде, самостоятельность, умение решать проблемы, выносливость, мобильность, быстрота реакций,

культурная и интеллектуальная компетентность. Дисциплину "Физическое воспитание" включает большинство ведущих университетов мира в свои рабочие планы и программы.

Ставя в центр эмоциональное, физическое, социальное благополучие студенческой молодежи необходимо проектировать и прогнозировать образовательные результаты в интересах студентов, предупреждая негативные последствия, которые возникают в процессе интеллектуального и эмоционального переутомления и перегрузки. Педагогические вузы должны уделять особое внимание физкультурному образованию. Ведь именно педагоги, обязаны прививать культуру досуга, формировать здоровый образ жизни учеников, быть им примером [6, 7].

**Связь работы с важными научными или практическими заданиями.** Работа выполнена согласно плана НИР кафедры физкультурно-оздоровительного и спортивного фехтования ХНПУ имени Г.С. Сковороды (№0114U003929).

**Цель работы** – выявить причины резкого снижения мотивации к занятиям физическим воспитанием в вузах Украины.

**Методы, организация исследования.** Исследование проводилось на протяжении 2015/2016 учебного года. В нем приняли участие 175 студентов 1 курса гуманитарного факультета педагогического университета. Все студенты дали письменное согласие на участие в исследовании. Проведен анализ уровня физической подготовленности 68 студентов, который оценивался по результатам контрольных нормативов. Оценены: прыжок в длину с места, наклон туловища вперед, поднимание туловища в сед за 1 минуту, челночный бег 4 отрезка по 9 метров, сгибание и разгибание рук в упоре лежа и легкоатлетический кросс 2000 м.

Также было проведено анкетирование 107 студентов, которые не сдавали нормативы, или сдавали их частично. Вопросы анкеты были сформулированы, так, чтобы выявить причины уклонения студентов от сдачи нормативов по тестированию их физической подготовленности.

**Результаты исследования.** В связи с введением новых учебных планов, для студентов был отменен зачет по физическому воспитанию, но в данном учебном году все еще был сохранен объем занятий – 4 часа в неделю. Из 188 человек 6 групп 1 курса гуманитарного факультета, 32 были освобождены от сдачи спортивных нормативов по состоянию здоровья, но весь учебный год должны были посещать занятия вместе со студентами основной группы, с учетом их индивидуальных возможностей (снижением количества повторений, амплитуды, интенсивности выполнения и т.п.), а также самочувствием. К сдаче нормативов были допущены 156 студентов. Результаты определялись по 6-ти бальной системе, от 5 баллов (максимального и выше уровня выполнения норматива) до 0 баллов (уровня "ниже минимального").

В то же время, из 175 студентов нормативы были сданы всего лишь 68 студентами, что составляет 43,6 % от общего количества первокурсников шести академических групп, допущенных к тестированию физической подготовленности. Результаты оценивания 68 студентов, которые сдавали нормативы в полном объеме, приведены в таблице.

Таблица 1

Нормативы тестирования физической подготовленности	Оценка уровня физической подготовленности					
	"5"	"4"	"3"	"2"	"1"	"0"
	Количество студентов, n=68					
Прыжок в длину с места	3	3	8	15	16	23
Наклон туловища вперед	42	5	4	9	2	6
Подъем туловища в сед, за 1 мин	36	11	11	4	6	0
Бег 4 по 9 метров	12	9	15	17	9	6
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	33	5	9	12	8	1
Легкоатлетический кросс (2000 м)	6	7	4	15	8	28
	32,5 %	9,8 %	12,5 %	17,6 %	12 %	15,6 %

Таким образом, наилучший результат студенты показали, выполняя наклон туловища вперед (тест на гибкость). Оценку 5 баллов получили 42 человека. Также на высший балл выполнили подъем в сед (36 человек) и сгибание-разгибание рук в упоре лежа (33 человека). Наихудшие результаты студенты показали при выполнении прыжков в длину с места и в легкоатлетическом кроссе. Таким образом, можно сказать, что с нормативами тестирования физической подготовленности справились 84,4 % из числа активных студентов. Но следует учитывать, что оценки ниже минимального по отдельным видам тестирования получали студенты, которые сдавали другие нормативы на высокие баллы.

В связи с небывало малым количеством студентов изъявивших желание участвовать в тестировании их физической подготовленности, нами было проведено анкетирование 107 человек, которые сдавали отдельные нормативы или не сдавали их вовсе. В анкете были сформулированы вопросы об отношении студентов к учебной дисциплине "Физическое воспитание" в вузе и в том числе, о том, что мешает им в полной мере посещать занятия по предмету. Было предложено расставить приоритеты причин в порядке значимости для каждого студента. Установлено, что значительная часть студентов (36%) не считают занятия по физическому воспитанию обязательными, так как нет зачета, а иные формы контроля они не считают необходимыми. Не хотят посещать занятия физическим воспитанием по причине отсутствия гигиенических условий (душевых, вместительных раздевалок и т.п.) 10% опрошенных. Еще 25% указали, что не посещают занятия по причине чрезмерной занятости и загруженности другими дисциплинами. В число оставшиеся 29% вошли студенты, которые: посещают

фитнес – клубы на платной основе; предпочитают ходить в секции, которых нет в вузе; чистосердечно признаются, что они ленятся.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** 1. Теоретический анализ специальной литературы показал, что физкультурное образование студенческой молодежи, с учетом профессионального направления, необходимо и должно быть регламентировано на государственном уровне. 2. Основным стимулом к посещаемости студентами занятий есть форма контроля в виде зачета или экзамена. Повышение мотиваций к занятиям у студентов можно добиться только путем осуществления строгого контроля за обучением студентов физкультурно-спортивной деятельности с учетом выбранной ими профессии. 3. В педагогических вузах физическое воспитание должно быть обязательной дисциплиной, так как основная цель, формирование физической культуры будущего специалиста (как части его педагогической культуры), достижима только при освоении всеми студентами знаний, умений и навыков физкультурной работы с будущими учениками.

#### Использованные источники

1. Давиденко Д.Н. Физкультурное воспитание как одна из частей вузовского образования / Д.Н. Давиденко, В.А. Пасичнисенко // Современные проблемы физического воспитания студенческой молодежи и формирование здорового образа жизни: материалы республиканской научно-практической конференции. – Мн.: МИТСО, 2003. – 72 с.
2. Єрмаков С.С. Перспективи розвитку навчальної дисципліни "Фізичне виховання" у вищих навчальних закладах України / С.С. Єрмаков, І.В. Кривенцова // Збірник наукових праць "Педагогіка та психологія". – Харків, 2015. – Вип. – № 47. – С. 117-124.
3. Козина Ж.Л. Характеристика психофизиологических показателей студентов различных спортивных специализаций / Козина Ж.Л., Барыбина Л.Н. // Физическое воспитание студентов. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2010. – №4. – С.38-47.
4. Козина Ж.Л. Структура комплексной подготовленности студенток технического вуза разных спортивных специализаций / Ж.Л. Козина, Л.Н. Барыбина, Н.Н. Кондак, В.В. Лысенко // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: Сборник статей. – Харьков-Белгород-Красноярск, 2010. – С.76-79.
5. Кривенцова І.В. Нові способи організації занять з фізичного виховання студентів педагогічного ВНЗ / І.В. Кривенцова, О.А. Димар, В.Г. Клименченко // Здоровье, спорт, реабилитация, 2015. – № 1. – С. 57-59.
6. Кувшинчиков И.Н. Физическое воспитание как средство формирования здорового образа жизни у студенческой молодежи / И.Н. Кувшинчиков, Г.В. Власов, А.Н. Кобзарь // Сборник научных трудов SWorld. По материалам международной научно-практической конференции "Научные исследования и их практическое применение. Современное состояние и пути развития. Транспорт. Туризм и рекреация". – Одесса : Черноморье, 2011. – Т. 1. – С. 9-17.
7. <http://www.lifein hockey.ru/metodiki/metodicheskie-materialy/teoriya-imetodika-fizicheskogo-vo spitaniya/512-znachenie-i-zadachi-fizicheskogo-vo spitaniya studentov>

*Kriventsova I., Ilnitskaya A., Klimenchenko V., Gorban I.*

#### ACTUAL PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF UKRAINE

*Physical activity and a positive attitude to physical activity – an important element of organization of physical education at students. In a high school needed to attract students to the physical exercises and continue to instil to them a healthy lifestyle, the need for physical activity. Putting in the center of problem emotional, physical, and social well-being of student's youth it is necessary to project and to predict the educational outcomes for students, warning of the negative consequences that arise in the process of intellectual and emotional exhaustion and overload. Pedagogical higher institutions should pay special attention to physical education and sports. After all, teachers are required to instill a culture of leisure, health, forming healthy lifestyle of students, to be their example. The problem of low attendance and low motivation in the sphere of physical culture of the students, lack of shape control was enlightened. Increasing of motivation to student's classes can be achieved only through the implementation of strict control over students in sports activities by subject of their chosen profession. In pedagogical higher institutes physical education should be a compulsory subject, as the main goal, the formation of physical culture of the future specialists (as part of their pedagogical culture) is possible only with the development of knowledges and skills of physical training with their future students. It is established that a significant proportion of students do not consider classes of physical education as mandatory, because there is no competition control, and other forms of control they don't consider as necessary. Students don't want to attend physical education because of lack of hygiene conditions (showers, spacious changing rooms, etc.) and due to excessive employment and they are too much busy with studying in other disciplines. In a large percentage of students included those who: attend the gym on a paid basis or prefer to go to sections that are not in the University. Strengthening and improving the health of students should be one of the important areas of activities of institutions of higher education.*

**Key words:** health, physical education, lifestyle, leisure, students, control, motivation, standards, students, physical education.

*Стаття надійшла до редакції 12.09.2016*