

## МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

*Александрова А. В., Сичов Д. В.*

Усе більшої актуальності у формуванні особистості, яка є прихильником здорового способу життя, набуває проблема визначення ролі фізичного виховання. На наш погляд, пріоритет у вихованні здорового молодого покоління віддано саме фізкультурній діяльності, де вирішуються виховні, освітні та оздоровчі завдання. На сучасному етапі в процесі фізичного виховання проводиться впровадження новітніх технологій, що оптимізує рухову активність студентів не тільки під час навчальних занять, а й у позааудиторний час.

Аналізуючи наукові студії І. Брехмана, Е. Вайнера, О. Васильєвої, О. Гладощука, можна дійти до висновку, що проблема формування здорового способу життя серед студентів активно вирішується. Необхідно, щоб сучасна система освіти створювала оптимальні умови для реалізації особистих потреб студентської молоді.

Ми вважаємо, що метою вищої освіти повинне бути створення середовища, яке сприяло б фізичному оздоровленню студентів, морально-етичному становленню особистості, формуванню навичок здорового способу життя. Аналіз наукової літератури засвідчив, що сформована система фізичного виховання сприяє принципам всебічного розвитку молоді особистості не повністю [1].

Між інноваційним освітнім потенціалом фізичного виховання та неповною його реалізацією на практиці існує певне протиріччя.

У наш час фахівцями з галузі теорії та методики фізичного виховання ведеться інтенсивний пошук нових напрямків, форм і методів фізкультурно-оздоровчої роботи у вищих начальних закладах, які б надали можливість істотно підвищити привабливість фізкультурної діяльності та забезпечити

більш повне й ефективне соціокультурне значення занять фізичною культурою й спортом для молоді. Мається на увазі модернізація системи фізичного виховання, що ґрунтується на принципах особистісно орієнтованого навчання [2].

Цей підхід полягає у творчому розвитку студентів, спрямований на задоволення інтересів і потреб, відповідає принципам гуманістичного напрямку в психології та педагогіці.

Студент знаходиться у центрі освітньо - виховного процесу фізичного виховання за особистісно орієнтованою спрямованістю. Зазначимо, що у галузі фізичного виховання педагогічний контроль найчастіше виступає у вигляді командно-авторитарних методів педагогічного керування. Вважаємо, що при проведенні занять з фізичної культури педагог повинен враховувати ефективність взаємодії викладача та студента як необхідну умову гармонійного розвитку особистості [3].

Особистісно орієнтований підхід у фізичному вихованні базується на таких пріоритетних аспектах:

- відповідність індивідуальним особливостям і можливостям кожного студента;
- одержання студентами задоволення від занять;
- отримання позитивних перспектив на засадах підтримки індивідуального самостійного вдосконалення;
- інтелектуалізація процесу [3].

Пріоритетними завданнями сучасної системи фізичного виховання у ВНЗ є створення умов для:

- опанування широким колом знань у галузі фізичного виховання, методики організації самостійних занять фізичними вправами, методами самоконтролю та методикою аналізу станів і самопочуття;
- зміцнення здоров'я, розширення психофункціональних можливостей, розвинення основних фізичних якостей, психофізичних здібностей, формування культури руху [2].

Отже, здійснений нами теоретичний аналіз дозволяє визначити особистісно орієнтоване фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів як соціально-педагогічний процес гуманістичного спрямування, який створює максимально сприятливі умови для всебічного розвитку особистості на підставі сформованих у неї позитивних установок на систематичний процес самовдосконалення засобами фізичної культури.

### **Список використаних джерел**

1. Виленский М. Я. Физическая культура в научной организации учебного труда студентов / М. Я. Виленский. – М. : Прометей, 1993. – 156 с.
2. Теория и методика физического воспитания / Т. Ю. Круцевич, В. В. Петровский ; Под ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимпийская литература, 2003. – Т. 1. – 423 с.
3. Леонов О. З. Організаційно-методичні засади позанавчальної роботи з фізичного виховання у ВНЗ / О. З. Леонов // Теоретико-метод. проблеми виховання дітей та учнівської молоді: збірник наукових праць. – Київ-Житомир, 2005. – Випуск 7. – С. 252.