

УДК 796.011.1-057.8

**Петренко Н. В.**

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-8563-8606>  
Кандидат наук з фізичного виховання і спорту,  
старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту,  
Сумський державний університет  
(Суми, Україна) E-mail: npetrenko1972@ukr.net

**Петренко О. П.**

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-7988-1773>  
Асистент кафедри фізичного виховання і спорту,  
Сумський державний університет  
(Суми, Україна) E-mail: akrobatka7@ukr.net

**Романова В. Б.**

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-5717-1826>  
Старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту,  
Сумський державний університет  
(Суми, Україна) E-mail: romanova1603@gmail.com

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

Відомо, що фізична культура – це частина загальної культури суспільства, а фізичне виховання – це органічна частина загального процесу виховання, спрямованого на розвиток гармонійної особистості. Традиційні форми та методика виявляють зниження мотивації у студентів до занять, тим самим негативно впливаючи на загальну фізичну активність молоді і на їх стан здоров'я.

Навчання в сучасних закладах освіти являє собою високо напружений процес, протягом якого студенти піддаються посиленому впливу різних чинників – інформаційних, психологічних і соціальних. Ця тенденція ще більше погіршується внаслідок збільшення як фізичних, так і розумових навантажень.

Такі питання, як збереження і зміцнення здоров'я людини, вивчення мотивації та чинників, які б спонукали до занять фізичною культурою і спортом, а також вивчення особливостей використання фізичної культури та засобів фізичного виховання у сфері освіти є актуальними і потребують досконалого вивчення. Тому формування фізичної культури студентської молоді стає особливо важливою проблемою в умовах сьогодення.

**Мета роботи** – аналіз концептуальних підходів до проблеми формування фізичної культури студентів.

**Методологія.** Для досягнення поставленої мети ми використовували сукупність загальнонаукових методів, зокрема, аналізу, систематизації та узагальнення даних науково-методичних джерел за тематикою статті.

**Наукова новизна.** Обґрунтовано умови формування фізичної культури студентської молоді.

**Висновки.** Формування фізичної культури студентської молоді є одним з основних напрямів у даній галузі. Вдосконалення процесу фізичного виховання на сьогоднішній день є актуальною темою досліджень для вітчизняних науковців. Це потребує зі сторони вчених, тренерів, вчителів фізичної культури всебічного науково-практичного пошуку.

Для оптимального результату необхідно застосовувати та раціонально поєднувати сучасні технології фізичного виховання і спорту. Це зумовить оптимальний результат, забезпечить високий рівень здоров'я та працездатності у подальшій життєдіяльності. Невідповідне ж застосування різних засобів і методик не тільки не сприятиме вирішенню основного питання, а може негативно вплинути на загальне ставлення до фізичного виховання і спорту в цілому.

Подальшого вивчення потребують питання, пов'язані з вивченням досвіду зарубіжних фахівців у розв'язанні зазначеної проблеми, розробкою сучасних програм та методик, для подальшого їх застосування в освітньому процесі з фізичного виховання студентської молоді, та з метою формування навичок здорового способу життя.

**Ключові слова:** фізична культура, студенти, мотивація, інноваційні технології.

**Постановка проблеми.** Відомо, що одним із головних напрямків фізичного виховання є формування здорової, фізично вдосконаленої та підготовленої до майбутньої професійної діяльності особистості. Фізичне виховання є органічною частиною загального виховання, і тому воно характеризується всіма загальними ознаками, що притаманні педагогічному процесу, який спрямований на вирішення поставлених завдань.

Закон України «Про освіту» № 2145-VIII від 05 вересня 2017 р., наголошує, що кожен має право на якісну та доступну освіту, яка є основою інтелектуального, духовного, фізичного і культурного розвитку особистості, її успішної соціалізації, економічного добробуту, запорукою розвитку суспільства, об'єднаного спільними цінностями і культурою, та держави [1].

*Актуальність* вивчення проблем фізичного виховання в умовах закладу вищої освіти визначається потребами сучасного суспільства у фізичному й духовному вдосконаленні студентів, необхідністю залучення студентської молоді до різних видів фізкультурної діяльності: освітньої, спортивної, рекреаційної, реабілітаційної [2; 3].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Особливості сучасних умов життя, стрімкий розвиток технічного прогресу, модернізація навчальних і трудових процесів, різке зростання обсягів інформації, проблеми з екологією навколишнього середовища, перевага шкідливих звичок на протигагу здоровому способу життя, – усе це негативно впливає на організм студентської молоді [11].

За останні роки проведено чимало досліджень, присвячених вивченню проблеми вдосконалення змісту фізичного виховання. Автори [4; 6] у своїх дослідженнях доводять, що досягнення позитивного результату з формування ціннісного ставлення до власного здоров'я та вдосконалення особистої культури, зміцнення фізичного та психічного здоров'я студентської молоді відбувається за умов, коли у ЗВО працює збудована схема орієнтування студента на здоровий спосіб життя. Недостатня рухова активність зумовлює функціональні розлади, які в подальшому можуть переходити у хронічні захворювання, що заважатиме плідній праці в різних галузях професійної діяльності.

Незважаючи на велику кількість науково-методичної літератури, присвяченої сучасним методикам та формам організації занять з фізичного виховання студентської молоді, їх упровадження в освітній процес залишається повільним. Це може бути пов'язано з рядом причин, недостатнім матеріально-технічним забезпеченням, відсутністю фахівців та інше. Оновлення змісту освіти й упровадження особистісно-орієнтованої системи викладання навчальної дисципліни, дозволить позитивно впливати на формування фізичної культури студентів.

*Мета роботи.* Метою нашого дослідження є аналіз концептуальних підходів до проблеми формування фізичної культури студентів.

*Методологія.* Для досягнення поставленої мети ми використовували сукупність загальнонаукових методів, зокрема аналізу, систематизації та узагальнення даних науково-методичних джерел за тематикою статті.

*Наукова новизна.* Обґрунтовано умови формування фізичної культури студентської молоді.

**Результати дослідження.** Формування фізичної культури особистості є одним з пріоритетних напрямів у галузі фізичної культури і спорту. Науковці вказують, що «включення фізичної культури в конструкцію особистості не може відбутися тільки на основі «модернізації» фізичного виховання. Необхідно розробляти нові концепції, в основу яких покладено єдність біологічного, психічного і соціального розвитку людини. Орієнтація лише на існуючі положення, що стосуються предметної області (виховання та розвиток), є недостатніми для формування фізичної культури особистості» [5].

Наразі науковці вживають кілька визначень поняття «фізична культура», але нами за основу було взяте формулювання, надане Т. Ю. Круцевич, а саме; «фізична культура особистості – це процес опанування духовними і матеріальними цінностями фізичної культури суспільства (знання, уміння, навички виховної, освітньої, оздоровчої, рекреаційної діяльності) для подальшого використання у процесі самовдосконалення, і як результат – рівень фізичного і духовного здоров'я, яке людина змогла поліпшити, вдосконалити для забезпечення повноцінної біологічної, соціальної і духовної життєдіяльності» [5].

Сучасне студентство не має орієнтирів на цінності фізичної культури, бо не може їх повністю зрозуміти [8]. Питання може бути вирішене за умови створення відповідних умов і відповідного наповнення, а саме розробки нових підходів до організації освітнього процесу, зміни існуючих методик та програм, використання сучасних засобів і технологій.

Одним із головних завдань для закладу вищої освіти повинна бути й допомога студентам у виборі форм занять. Для того, щоб поставлені завдання реалізували себе, потрібно їх вважати головними завданнями у фізичному вихованні.

У формуванні особистості студента, у тому числі й як майбутнього фахівця, провідну роль відводять фізичному вихованню, що сприяє розвитку фізичних і психічних якостей, професійних умінь і навичок, структура та зміст якого визначаються метою та завданнями, поставленими перед навчальною дисципліною.

Однією з важливих характеристик процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти є його прикладний зміст [9]. Підготовка до майбутньої трудової діяльності передусім повинна розвивати й

удосконалювати якості, властиві майбутній професійній діяльності, в основі яких розлягаються такі цінності фізичної культури, як: здоров'я, фізична підготовленість, функціональний стан, розвиток психофізіологічних особливостей, тощо. Основою такого процесу є засоби фізичного виховання, які підвищують можливості організму до високорезультативної праці.

В. К. Бальсевичем була висунута ідея спортизованого фізичного виховання студентів закладів вищої освіти, яка підтримується багатьма вченими-дослідниками та практиками. Запропонований напрям на сучасному етапі є одним із продуктивних шляхів покращення процесу фізичного виховання, тому що дає можливість для застосування різноманітних засобів і методів фізичної підготовки студентів.

Актуальною формою організації процесу фізичного виховання можна вважати секційну роботу. Різноманітність видів спорту може обмежуватися тільки за недостатності матеріально-технічного забезпечення, відсутності кваліфікованих фахівців, спроможних адекватно проводити фізкультурну діяльність за обраним напрямом [7].

Відомі науковці встановили, що невідповідне ставлення молоді до свого здоров'я, фізичного розвитку, способу життя пояснюється хибними поглядами на цінності фізичної культури, зниженням особистісних орієнтирів, недостатністю знань про роль фізичної культури у формуванні особистості, соціальними чинниками. Усі ці питання потребують особливої уваги з боку фахівців.

Наукові дослідження [2; 10] та ін. вказують, що однією із важливих причин виникнення підвищеного інтересу до інноваційних технологій фізичного виховання є усвідомлення фахівцями закладів вищої освіти значення фізичного виховання як обов'язкової дисципліни, здатної гармонізувати освітній процес, створити передумови для фізичного вдосконалення студентів. Поява нового програмного забезпечення надає можливість удосконалити розвиток фізичних якостей, інтегрувати наукові досягнення та знання. Впровадження інноваційних технологій орієнтує студентську молодь до самовдосконалення, до зростання інтелектуальності й духовності, що неможливе без підвищення рівня загальної фізичної культури.

Для того, щоб фізичне виховання студентів стало дієвим методом зміцнення особистого здоров'я та підвищення рівня фізичного стану, фізичної працездатності, потрібно дотримуватися загальних принципів, тобто регулярності занять і їх варіативності, індивідуального підходу, урахування інтересів і вподобань. Ефективність побудови освітнього процесу з фізичного виховання у закладах загальної середньої та вищої освіти буде залежати від багатьох чинників, а, насамперед, зміни застарілих методик і програм на інноваційні, здоров'язбережувальні технології.

Інновації у фізичному вихованні дають можливість студентам не тільки фізично розвиватися, а й формують їх фізичну культуру, світогляд, здатність скеровувати власну освітню траєкторію та програму життєдіяльності в цілому.

Отже, перед системою освіти постає проблема переходу від традиційного виховання до виховання інноваційного виду. В основі такого виховання повинна бути турбота про здоров'я студентської молоді, яка є майбутнім країни та нації.

В Україні проблема формування фізичної культури студентів є актуальною і досліджується багатьма науковцями. Потрібно зауважити, що індивідуальна фізична культура молодого покоління є предметом вивчення наукової школи Т. Ю. Круцевич. За основу беруться такі чинники, як: мотиви, потреби, інтереси та цінності [5].

Науковці наголошують: для того, щоб студентська молодь почала орієнтуватися на цінності фізичної культури, їх потрібно зробити особистісною потребою, потрібно долучити їх до відповідної системи.

Для того, щоб студенти почали орієнтуватися на цінності фізичної культури, потрібно зробити їх особистісною потребою.

**Висновки.** Проведений аналіз спеціальної науково-методичної літератури переконливо доводить, що проблема формування фізичної культури студентської молоді є актуальним предметом вивчення і на етапі сьогодення.

Вирішенню цього питання будуть сприяти такі чинники: висока кваліфікація науково-педагогічних працівників; зміни застарілих методик і програм на інноваційні, здоров'язбережувальні технології; урахування мотивів, потреб та інтересів молодого покоління; формування цінностей індивідуального здоров'я та знань про здоровий спосіб життя та фізичну культуру особистості.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні ціннісних орієнтацій студентської молоді у галузі фізичної культури і спорту.

## References

1. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*. 2017. № 38–39. С. 380.  
On Education: Law of Ukraine of 05.09.2017 No 2145-VIII (2017). *Vidomosti Verkhovnoii Rady – Information of the Verkhovna Rada*, 38–39. [in Ukrainian]

2. Дубинська О. Я., Петренко Н. В. Сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні учнівської і студентської молоді: проектування, розробка та особливості : монографія. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 351 с.  
Dubyns'ka, O. Ya. & Petrenko, N. V. (2018). Suchasni fitnes-tekhnologiyi u fizychnomu vykhovanni uchnivskoi i studentskoi molodi: proektuvannya, rozrobka ta osoblyvosti [Modern Fitness Technologies in Physical Education of School and University Students Youth: Design, Development and Features]: monograph. Sumy : Vyd-vo SumDPU imeni A. S. Makarenka, 2016. 351 p.
3. Ермаков С. С., Цеслицка М., Мушкета Р. Физическая культура и спорт в жизни студентов восточно-европейского региона: современное состояние и перспективы развития. *Физическое воспитание студентов*, 2015. N 6. С 16–30. doi:10.15561/20755279.2015.0603.  
Ermakov, S. S., Tseslytska, M. & Mushketa, R. (2015). Fizicheskaya kultura i sport v zhizni studentov vostochno-evropeyskogo regiona: sovremennoye sostoyaniye i perspektivy razvitiya [Physical culture and sport in the life of students in the East European region: current status and development prospects]. *Fizicheskoye vospitaniye studentov – Physical education of students*, 6, 16–30. doi:10.15561/ 20755279. 2015.0603.
4. Круцевич Т. Томенко О. Концептуальна модель неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2011. № 2. С. 164–168.  
Krutsevych, T. Tomenko, O. (2011). Kontseptualna model nespetsialnoi fizkulturnoi osvity uchnivskoi molodi [Conceptual model of non-specialized cultural education of youth]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, – *Prydniprovsky Sports Newsletter*, 2, 164–168.
5. Круцевич Т. Ю. Марченко О. Ю. Формування фізичної культури студентів у системі вищої освіти. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, 2009. № 2. С. 78–82.  
Krutsevych, T. Yu. Marchenko, O. Yu. (2009). Formuvannya fizychnoi kultury studentiv u systemi vyshchoi osvity [Formation of physical culture of students in the higher education system]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu – Theory and methodology of physical education and sports*, 2, 78–82.
6. Круцевич Т. Пангелова Н. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2016. № 3. С. 109–114.  
Krutsevych, T. Panhelova, N. (2016). Suchasni tendentsii shchodo orhanizatsii fizychnoho vykhovannia u vyshchyykh navchalnykh zakladakh [Current trends in the organization of physical education in higher education]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia – Prydniprovsky Sports Newsletter*, 3, 109–114.
7. Маленюк Т. В., Косівська А. В. Секційні заняття – пріоритетна форма організації процесу фізичного виховання студентів (на прикладі шейпінгу). *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2015. № 4. С. 38–43.  
Maleniuk, T. V., Kosivska, A. V. (2015). Sektsiini zaniattia – priorytetna forma orhanizatsii protsesu fizychnoho vykhovannia studentiv (na prykladi sheipinhu) [Sectional employment – the primary form of organizing the process of physical student movement (at the application of shaping)]. *Pedahohika, psykhohohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 4, 38–43.
8. Марченко О. Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури у студентській молоді: автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата з фізичного виховання і спорту: 24.00.02. Дніпропетровськ, 2010. 20 с.  
Marchenko, O. (2010). Formuvannya tsinnisnykh katehorii osobystoi fizychnoi kultury u studentskoi molodi: [Formation of value categories of personal physical culture in student youth]. *Extended abstract of candidate's thesis 24.00.02*. Dnipropetrovsk, Ukraine.
9. Петренко Н. В., Романова В. Б. Визначення мотивації та інтересів студентів економічних спеціальностей до фізкультурно-оздоровчих занять. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць*. Житомир: Вид-во ФОП Євенок О.О., 2016. Вип. 2. С. 84–89.  
Petrenko, N. V., Romanova, V. B. (2016). Vyznachennia motyvatsii ta interesiv studentiv ekonomichnykh spetsialnostei do fizkulturno-ozdorovchykh zaniat [Determination of motivation and interests of students of economic specialties in physical education]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zbirnyk naukovykh prats – Physical education, sports and health of the nation: a collection of scientific papers*, Zhytomyr, Ukraine: FOP Yevenok O. O. 2016, 84–89.
10. Химаков В. В. Современные информационные технологии в физкультурном образовании студента. *Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов вузов* : материалы междунар. науч.-практ. конф., Респ. Беларусь, Минск : БГУ, 2018. С. 468–472.  
Khymakov, V. V. (2018). Sovremennue ynformatsyonnye tekhnologyy v fyzkulturnom obrazovanuu studenta [Modern information technology in the physical education of a student]. *Nauchno-metodycheskoe obespechenye fizycheskoho vospytanyia u sportyvnoi podhotovky studentov vuzov* : materyalu mezhdunar. nauch. – prakt. konf., – *Scientific and methodological support of physical education and sports training of university students* : Proceedings of the International Scientific Conference: 468–472. Mynsk, Resp. Belarus, BHU.

11. Яковлев А. Н., Журавский А. Ю. Современные тенденции воспитания студенческой молодежи: аксиологический аспект. *Совершенствование системы подготовки кадров в вузе: направления и технологии* : материалы X Международной научной конференции, Гродно, 2018. С. 278–281.  
Jakovlev, A. N. Zhuravskiy, A. Ju. (2018). Sovremennue tendency vospytanyja studencheskoj molodezhy: aksyologhycheskyj aspekt [Modern trends in the education of student youth: an axiological aspect]. *Sovershenstvovanye systemu podghotovky kadrov v vuze: napravlenyja y tekhnologhyu* : materyalu X Mezhdunarodnoj nauchnoj konferencyu – *Improving the system of training in the university: areas and technologies* : Proceedings of the X International Scientific Conference, Grodno, 2018, 278–281.

**Petrenko N.**

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-8563-8606>  
PhD in Physical Education and Sports,  
Senior Lecturer in the  
Department of Physical Education and Sports,  
Sumy State University  
(Sumy, Ukraine) E-mail: n.petrenko@uabs.sumdu.edu.ua

**Petrenko E.**

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-7988-1773>  
Assistant Professor in physical education and sports,  
Sumy State University  
(Sumy, Ukraine) E-mail: akrobatka7@ukr.net

**Romanova V.**

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-5717-1826>  
Senior Lecturer  
Department of Physical Education and Sports,  
Sumy State University  
(Sumy, Ukraine) E-mail: romanova1603@gmail.com

#### THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF FORMATION OF STUDENTS' PHYSICAL CULTURE IN MODERN CONDITIONS

*It is well known that physical culture is part of the general culture of society, and physical education is an organic part of the general process of education aimed at a harmonious personality. Traditional forms and methods show a decrease in students' motivation to study, thereby negatively affecting the overall physical activity of young people and their health.*

**Article's purpose.** *The purpose of our study is to analyze the conceptual approaches to the problem of students' physical culture formation.*

**Methodology.** *To achieve this goal, we used a set of common scientific methods, including analysis, systematization and synthesis of data from scientific and methodological sources on the topic of the article.*

**Scientific novelty.** *The conditions of formation of physical culture of student youth are substantiated.*

**Conclusions.** *Formation of physical culture of student youth is one of the main directions in this field. Improving the process of physical education is today a topical topic of research for domestic scientists. This requires a comprehensive scientific and practical search by scientists, trainers and physical education teachers.*

*For optimum results, it is necessary to apply and rationally combine modern technologies of physical education and sports. This will lead to optimal results, ensure a high level of health and efficiency in the future life. Misuse of various means and techniques will not only help to resolve the underlying issue, but may adversely affect the overall attitude to physical culture and sports in general.*

*Further studies require questions related to the study of the experience of foreign specialists in solving this problem, the development of modern programs and techniques, for their further use in the educational process of physical education of students and to develop healthy lifestyle skills.*

**Key words:** *physical culture, students, motivation, innovative technologies.*

Стаття надійшла до редакції 18.09.2019 р.

Рецензент: доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент **В. М. Сергієнко**