

УДК 796.011.1

Брюханова Тетяна Сергіївна

викладач

кафедра фізичного виховання та спорту

Донбаська державна машинобудівна академія, м.Краматорськ, Україна

ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШЛЯХОМ ВПРОВАДЖЕННЯ СПОРТИВНО-ОРІЄНТОВАНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ

У статті розглядається процес організації занять з фізичного виховання у вищому навчальному закладі за допомогою використання спортивно-орієнтованої технології навчання. Обґрунтовано, що впровадження новітніх технологій навчання сприяє підвищенню мотивації студентів до ведення здорового способу життя. Також урахування особистих інтересів студентів щодо певного виду спорту сприяє підвищенню рухової активності студентів не тільки під час навчальних занять, а й у позааудиторний час та укріплює загальний стан здоров'я.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, спортивно-орієнтовані технології, мотивація.

Вступ. Головним завданням дисципліни «Фізичне виховання» у вищому навчальному закладі є сприяння гармонійному розвитку особистості студентів. Викладачі ВНЗ повинні виховувати не тільки професійні якості, а й моральні та фізичні. При цьому головною проблемою фізичного виховання є підвищення інтересу студентів до занять фізичною культурою та спортом.

На необхідність оптимізації процесу фізичного виховання, визначення нового змісту, форм і методів фізичного виховання та здорового способу життя студентської молоді вказує і значне погіршення стану її здоров'я, фізичної підготовленості, зниження спортивних показників на змаганнях та негативне ставлення до самостійних занять фізичними вправами. Тому держава останнім часом приділяє багато уваги аналізу стану здоров'я молоді та впроваджує інноваційні моделі і концепції, які б сприяли покращенню стану здоров'я суспільства, в тому числі і молоді, що є майбутнім держави. Одним з новітніх методів є впровадження у всіх освітніх закладах спортивно-орієнтованої форми навчання на заняттях фізичною культурою та фізичним вихованням.

Спортивно-орієнтовані технології фізичного виховання студентів повинні ґрунтуватися на перевагах популярних у студентської молоді видів спорту. Такий підхід на основі обраного виду спорту може слугувати засобом виховання гармонійно розвинутої особистості студента, дозволить покращити стан здоров'я та виховати професійно розвинуту особистість.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання спортивно-орієнтованого підходу в організації занять з фізичного виховання доволі часто зустрічається у науково-педагогічній літературі останнім часом. Аналіз сучасної літератури в галузі фізичної культури і спорту показав, що в основу більшості проєктів провідних фахівців входить індивідуальний підхід до вибору фізкультурно-спортивної діяльності. Багато авторів докладно розглядають теорію спортивно-орієнтованого фізичного виховання в усіх аспектах його прояву [1; 2; 3]. Теоретико-методичні основи інноваційних технологій у фізичному вихованні та їх роль у формуванні здорового способу життя студентської молоді постійно висвітлюються у роботах вітчизняних та іноземних науковців (Н.Армстронг, В.Бльсевич, Л.Лубишева, Г.Соловйов, С.Селевко, М.Толмачова, Д.Фільченков). Науковці стверджують, що даний підхід найбільш ефективно впливає на особистісний розвиток молоді, дозволяє успішно самостверджуватися і самореалізуватися в різноманітних сферах діяльності. При цьому виявля-

ється взаємозв'язок фізичної, спортивної та загальної культури особистості.

Метою статті є теоретичне обґрунтування ефективності впровадження спортивно-орієнтованих технологій у процес фізичного виховання студентів та їх вплив на підвищення мотивації студентів до здорового способу життя.

Виклад основного матеріалу. Традиційно сформована система фізичного виховання обмежує можливість задоволення фізкультурно-спортивних інтересів і потреб студентів. Виникає потреба в організації освітнього простору таким чином, щоб враховувалися інтереси кожного студента. За таких умов модернізація занять з фізичного виховання та спорту вимагає не тільки нормативного, а й ціннісного зміщення його мети. Необхідна більш ретельне проєктування навчальних занять та розробка нової системи контролю.

Метою спортивно-орієнтованого фізичного виховання студентів є формування фізичної культури особистості. Для досягнення поставленої мети передбачається рішення наступних виховних, розвиваючих і оздоровчих завдань: - розуміння соціальної ролі фізичної культури і спорту в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності; - значення науково біологічних і практичних основ фізичної культури, фізичної тренування і здорового способу життя; - формування мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установок на здоровий стиль життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами, спортом, знати основи методики спортивного тренування в обраному виді спорту знати методику лікарсько-педагогічного контролю і самоконтролю під час занять; - оволодіння системою практичних умінь і навичок, психологічного благополуччя, розвиток і вдосконалення психофізичних здібностей, якостей і властивостей особистості, самовизначення в виборі спортивної спеціалізації; - вивчення історії виникнення фізичної культури, спорту, Олімпійських ігор, розвиток обраного виду спорту; - придбання і накопичення досвіду творчого використання фізкультурно-спортивної діяльності для досягнення життєвих і професійних цілей, знання ролі спорту в професійно прикладній фізичній підготовці для майбутньої професії [5, с.120].

Побудова навчального заняття з використанням принципів гуманізації, демократизації, особистісної орієнтації та спортизації стимулює студентів до подальшого розвитку та фізичного самовдосконалення.

Враховавши особливості психічного та фізичного розвитку студентів, їх ціннісні орієнтації, загальною

стану здоров'я викладачі фізичного виховання та студенти можуть працювати за для досягнення поставленої мети – виховання гармонійно розвинутої особистості. Тому важливо розуміти, що впроваджуючи новітні технології у процес навчання, необхідно постійно прагнути до того, щоб 100 % випускників ВНЗ, що одержали вищу освіту, не тільки отримали базові знання з фізичного виховання, а й одержали б і «власний» вид спорту – інтерес на все життя. Це було б реальним внеском у формування основ здорового способу життя й по суті вирішило головні завдання, що ставляться перед системою фізичного виховання у ВНЗ

Викладений матеріал дозволяє зробити наступні **висновки**. Будучи складовою частиною загальної культури і професійної підготовки студента на всіх періоди навчання, фізична культура входить обов'язковим розділом в гуманітарний компонент освіти, значимість якої визначається через гармоні-

зацію духовних і фізичних сил, формування таких загальнолюдських цінностей, як здоров'я, фізичне, психологічне і соціальне благополуччя, фізична досконалість. Перспективним напрямком оптимізації існуючої системи фізичного виховання є впровадження в освітній процес спортивно орієнтованих технологій, як найбільш ефективного засобу фізичного, розумового та духовного розвитку студентської молоді, який сприятиме формуванню стійкої мотивації студентської молоді до здорового способу життя. Студенти, які будуть свідомо обирати форми занять і почнуть замислюватися про свої фізичні кондиції, стануть активним елементом системи навчання. Виявляться популярні і непопулярні види спорту (спеціалізації). Це змусить викладачів абсолютно по-іншому підходити до роботи, взаємодіяти зі студентами зовсім на іншому рівні, проявляти свої творчі здібності та сприймати студентів як особистість.

Список використаної літератури

1. Бальсевич В.К. Основные положения концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи / В.К.Бальсевич// Теория и практика физической культуры. – 2002. – №3. – С.3-5
2. Моїсєєв С.О. Вимоги до планування предмета "фізична культура" (середня та старша школа) у контексті особистісно-орієнтованої парадигми освіти / С.О.Моїсєєв // Зб.наук.праць. Педагогічний альманах. Вип.8 / Південноукр. регіон. ін-т післядиплом. освіти пед. кадрів. – Херсон, 2010. – С.150-157
3. Мудрік І.В. Організаційно-методичні засади вдосконалення фізичного виховання студентів [методичний посібник] / І.В.Мудрік. – К., 2008. – 83 с.
4. Подмазин С.И. Личностно-ориентированное образование: Социально-философское исследование / С.И.Подмазин. – Запорожье: Просвіта, 2000. – 250 с.
5. Петруганов Н.Н. Цели и задачи спортивно-ориентированного физического воспитания студентов / Н.Н. Петруганов [Электронный ресурс]. – Загол. з екрану. – Мова рос.

Рецензент: канд.пед.наук, ст.викл. Тимошенко В.В.

Брюханова Татьяна

преподаватель

кафедра физического воспитания и спорта

Донбасская государственная машиностроительная академия

г.Краматорск, Украина

ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ ПУТЕМ ВНЕДРЕНИЯ СПОРТИВНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ

В статье рассматривается процесс организации занятий по физическому воспитанию в вузе посредством использования спортивно-ориентированной технологии обучения. Обосновано, что внедрение новых технологий обучения способствует повышению мотивации студентов к ведению здорового образа жизни. Также учет личных интересов студентов по определенному виду спорта способствует повышению двигательной активности студентов не только во время учебных занятий, но и во внеаудиторное время и укрепляет общее состояние здоровья.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, спортивно-ориентированные технологии, мотивация.

Bryukhanova Tetyana

Teacher

Department of Physical Education and Sport

Donbass State Engineering Academy, Kramatorsk, Ukraine

RAISING THE STUDENTS MOTIVATION TO HEALTHY LIFESTYLE BY IMPLEMENTATION OF SPORT-ORIENTED TECHNOLOGY OF TEACHING

The article discusses the process of organizing physical education classes in high school through the use of sports-oriented technologies of teaching. Also, accounting of personal interests of students in a particular sport improves motor activity of students, not only during training sessions, but also during extracurricular time and enhances overall health. Construction of teaching session using the principles of humanization, democratization, personal orientation and sportization encourages the students to further development and physical self-improvement. The necessity of optimization of the process of physical education, the definition of new content, forms and methods of physical training and a healthy way of life of students, indicate a significant deterioration in state of health, physical fitness, decreased athletic performance in competitions and a negative attitude to independent employment by physical exercises.

Key words: healthy way of life, sports-oriented technologies, motivation.