

Міністерство освіти і науки України
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Сумський державний університет
Тираспольський державний університет імені Т. Г. Шевченка (Молдова)



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
II МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 16–17 квітня 2015 року)

Суми
Сумський державний університет
2015

МІСЦЕ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРУМАННІ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Пономаренко М. О., студ., Котов В. Ф., ст. викл.
Сумський державний університет
questmax@rambler.ru

Враховуючи особливості життєдіяльності студентів слід відзначити, що можливість фізичного самовдосконалення для забезпечення необхідного рухового режиму є набагато вищою, ніж фізичного виховання. Дійсно, навчальне навантаження протягом року розподіляється нерівномірно. У період здачі заліків та екзаменів зростає розумова діяльність студентів, а заняття з фізичного виховання припиняються; відповідно знижується і рухова самостійна робота.

Зв'язок фізичного самовиховання із розумовим виражається не тільки у зміцненні здоров'я та підвищенні працездатності. Для застосування різноманітних фізичних вправ у процесі роботи над собою необхідні спеціальні знання у галузі фізичної культури, біології, фізіології, психології тощо. Це призводить до стимулювання розумового самовиховання, розширенню кола знань, що, у свою чергу, активізує самовдосконалення.

Про реальне залучення першокурсників до фізичного самовиховання можна судити по тому, що біля 12% з них регулярно займаються у спортивних секціях, інші використовують фізичні вправи за власною ініціативою в основному ситуативно у залежності від обставин.

Фізичне самовиховання студентів займає одне з провідних місць в удосконаленні навчально-виховного процесу вищого навчального закладу.

Одним із суттєвих показників зростання пізнавального інтересу до фізичної культури є зміна відношення студентів до занять з фізичного виховання. Це може відобразитися на зниженні пропусків занять, зростанні активності у самостійному освоєнні окремих вправ, розширенні діапазону та

частоти питань, які ставляться викладачеві для вирішення поставлених перед студентами завдань, звернення до відповідної науково-методичної, науково-популярної та навчальної літератури.

Визначення труднощів, які зустрічаються у процесі роботи над собою, показало, що найбільше студенти скаржаться на нестачу часу та відсутності наполегливості, невміння організувати себе.

Але проголошення нестачі часу, як головної перешкоди пояснюється невмінням студентів раціонально його використовувати та недооцінкою наполегливості й організованості. Опитування показують, що стан фізичного самовиховання студентів залежить, в більшій мірі, від наявності його мотивів та вміння працювати над собою, ніж від інших розглянутих труднощів.

Таким чином, відсутність суспільно-значущих мотивів фізичного самовиховання, недооцінка його значущості у всебічному розвитку гальмують активність особистості у своєму власному самовдосконаленні, а також ефективність виховного процесу в цілому. Все це визначає необхідність системного підходу до організації фізичного самовиховання студентів.

Література:

1. Бріжатий О. В. Вивчення значення потреби оздоровчого і виховного процесу фізичної культури / О. В. Бріжатий, Р. М. Стасюк // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України. – Суми, 2002.
2. Куц О. С. Фізична культура як фактор здорового способу життя / О. С. Куц, Т. М. Краснобаєва, П. С. Данчук // Шляхи підвищення ефективності підготовки педагогічних працівників // Матеріали міжнародної наук.-практ. конф. – Бар, 1993. – Частина II. – С. 18–22.