

УДК 796:378-057.87

Дмитренко Д. А.¹, Гринько В. М.²

¹ студ. гр. 103-ОПУТ Д-25, Український державний університет залізничного транспорту

² викл. каф. ф/в та спорту, Український державний університет залізничного транспорту

ДОСЛІДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ПІДХОДІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Актуальність питання фізичного виховання у закладах вищої освіти (ЗВО) обумовлена потребою підготовки здорових, фізично розвинених фахівців, спроможних результативно працювати в сучасних умовах. В епоху

технологічного поступу та зростаючої гіподинамії серед студентства особливої ваги набуває оновлення системи фізичного виховання у ЗВО. Стрімкий поступ інформаційних технологій та трансформація способу життя студентської молоді потребують новітніх підходів до організації фізичного виховання, що відповідатимуть сучасним викликам та запитам [1].

Сучасний стан фізичного виховання у ЗВО характеризується певними особливостями та проблемами. Традиційна система фізичного виховання не повністю відповідає актуальним вимогам та запитам студентів. Спостерігається недостатній рівень мотивації до занять фізичною культурою, що підтверджується показниками відвідуваності занять (60-70%). Ключовими проблемами є застарілі методики викладання, неналежне матеріально-технічне забезпечення, обмежене використання сучасних технологій та відсутність індивідуального підходу.

Впровадження інноваційних підходів у фізичне виховання передбачає інтенсивне використання цифрових технологій. Це охоплює застосування мобільних додатків для моніторингу фізичної активності, створення онлайн-платформ для теоретичної підготовки та організації віртуальних тренувань. Розроблено систему електронних щоденників фізичної активності та персональних програм тренувань, що дозволяє студентам відслідковувати свій прогрес та отримувати зворотний зв'язок від викладачів.

Особлива увага приділяється індивідуалізації програм фізичного виховання. Це реалізується через персональний підбір навантажень, врахування особистих зацікавлень студентів, надання можливості вибору видів рухової активності та забезпечення гнучкого розкладу занять. Такий підхід сприяє зростанню мотивації студентів та формуванню стійкого інтересу до фізичної культури.

Окремої уваги заслуговує система заохочення студентів до занять фізичною культурою. Запропоновано впровадження рейтингової системи оцінювання, яка враховує не лише відвідування занять та виконання нормативів, але й участь у спортивних заходах, ведення щоденника фізичної активності, досягнення особистих цілей у фізичному розвитку. Важливим елементом є створення системи стимулювання, включаючи додаткові бали за активну участь у спортивному житті університету та досягнення у самостійних заняттях фізичною культурою [2].

Впровадження інноваційних підходів до фізичного виховання у ЗВО є необхідною умовою підвищення його ефективності. Використання цифрових технологій, персоналізація навчального процесу та інтеграція сучасних видів рухової активності сприяють формуванню стійкої мотивації студентів до занять фізичною культурою та покращенню їх фізичного стану.

ВИКОРИСТАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Grinko V.; Sapehina I. Analysis of Students' Education on the Principle of Consent with Nature on the Example of Physical Education. Biomed J Sci & Tech Res 46(2)-2022. BJSTR. MS.ID.007331. P. 37297-37300. <https://doi.org/10.26717/BJSTR.2022.46.007331>

2. Grinko V. Non-traditional and modern systems and methods of improving the health of students of higher education. Res Inves Sports Med. 10(5), RISM.000750. 2024. <https://doi.org/10.31031/RISM.2024.10.000750>