

УДК 796:378-057.87

Гринько В. М.¹, Гавриленко А. Ф.²

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

студ. гр. 102-МКТ-Д24 Український державний університет залізничного транспорту

ДОСЛІДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ПІДХОДІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Вступ. 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 [1]. Стрімкий поступ інформаційних технологій та трансформація способу життя студентської молоді потребують новітніх підходів до організації фізичного виховання, що відповідатимуть сучасним викликам та запитам [2].

Аналіз літератури. Питання модернізації фізичного виховання у ЗВО активно вивчаються як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями [3]. Значний внесок у розробку інноваційних підходів до фізичного виховання зробили вітчизняні дослідники О.В. Тимошенко, М.В. Дутчак, С.М. Футорний, які акцентують на необхідності впровадження інноваційних технологій у навчальний процес. У їхніх працях розглядаються аспекти оптимізації навчального процесу, впровадження здоров'язберігаючих технологій та формування професійно-прикладних фізичних якостей майбутніх фахівців.

Зарубіжний досвід, представлений у працях J. Smith, M. Johnson, демонструє ефективність застосування цифрових технологій та індивідуалізованого підходу до фізичного виховання. Дослідження європейських університетів показують позитивний вплив інтеграції сучасних фітнес-програм у навчальний процес. Проте, незважаючи на значну кількість досліджень, питання комплексного впровадження інноваційних технологій у систему фізичного виховання ЗВО, особливо в умовах дистанційного навчання, залишається недостатньо висвітленим.

Виклад основного матеріалу. Сучасний стан фізичного виховання у ЗВО характеризується певними особливостями та проблемами [4]. 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 [5]. 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.

Імплементация запропонованих інноваційних підходів продемонструвала позитивні результати. Зокрема, фіксується підвищення рівня відвідуваності занять до 85-90%, зростання показників фізичної підготовленості студентів на 15-20% та збільшення кількості студентів, які систематично займаються фізичною активністю у позанавчальний час. Особливо результативним виявилось поєднання традиційних форм занять з інноваційними технологіями, що дозволило створити комплексну систему фізичного виховання.

Важливим аспектом впровадження інноваційних підходів є розробка конкретних методичних рекомендацій та організаційних заходів. На основі проведеного дослідження було розроблено комплексну програму модернізації фізичного виховання у ЗВО, яка включає декілька ключових напрямків. Першим напрямком є технічне оснащення процесу фізичного виховання. Рекомендується створення спеціалізованих мультимедійних аудиторій, укомплектованих сучасним обладнанням для проведення як практичних, так і теоретичних занять. Важливим елементом є впровадження системи електронного моніторингу фізичного стану студентів, що включає використання фітнес-трекерів та спеціалізованого програмного забезпечення.

Другий напрямок стосується підготовки викладацького складу до роботи в нових умовах. Запропоновано програму підвищення кваліфікації

викладачів фізичного виховання, яка включає навчання роботі з сучасними цифровими технологіями, методиками дистанційного навчання та новими видами фізичної активності. Окрема увага приділяється формуванню компетенцій щодо розробки індивідуальних програм фізичного розвитку студентів та використання інноваційних методів оцінювання.

Третім важливим напрямком є створення методичного забезпечення інноваційного процесу фізичного виховання. Розроблено електронний навчально-методичний комплекс, який включає інтерактивні навчальні матеріали, відео-уроки, онлайн-консультації та систему тестування. Підготовлено методичні рекомендації щодо організації самостійної роботи студентів з використанням цифрових технологій, що особливо актуально в умовах дистанційного навчання.

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.

Висновки. Практична реалізація запропонованих рекомендацій потребує поетапного підходу. На першому етапі рекомендується провести аудит наявних ресурсів та можливостей ЗВО, розробити план модернізації матеріально-технічної бази та підготовки викладацького складу. Другий етап передбачає впровадження пілотного проекту на базі окремих факультетів чи груп студентів для відпрацювання всіх елементів інноваційної системи. На третьому етапі здійснюється повномасштабне впровадження нової системи фізичного виховання з постійним моніторингом результатів та внесенням необхідних корективів.

Проведене дослідження дозволяє стверджувати, що 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.

Перспективи подальших досліджень полягають у подальших дослідженнях та розробці методичних рекомендацій щодо інноваційних підходів у фізичному вихованні.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Grinko V.; Sapahina 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.

2. Гринько В,М.; Шепеленко Т.В.; Сапегіна І. О.; Дорош М.І. Навчання студентів за принципом природовідповідності на прикладі фізичного виховання. V Correspondence International Scientific and Practical Conference «Scientific researches and methods of their carrying out: world experience and domestic realities» held on February 17th, 2023. Vienna, Austria. С. 754-756.

3. 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.

4. Круцевич Т. Ю., Пангелова Н. Є. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Спортивний вісник Придніпров'я. 2023. № 1. С. 12-18.

5. Москаленко Н. В., Сидорчук Т. В. Інноваційні технології у фізичному вихованні студентів. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2023. Вип. 3К (147). С. 289-292.