

## **СЕКЦІЯ «ІСТОРИЧНІ ТА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ І МІЖНАРОДНІ ПРАКТИКИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ У ЗВО»**

УДК 37.015.3:796

Атаманюк С.І.

Д-р пед. наук, професор НУ «Запорізька політехніка»

### **ПРИДОЛУЧЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ЦІННІСНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**Актуальність.** У сучасному суспільстві, що характеризується зростанням навчального навантаження, гіподинамією та цифровізацією освітнього процесу, проблема збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді набуває особливої значущості. Фізична культура в закладах вищої освіти покликана виконувати не лише оздоровчу функцію, а й формувати стійкі ціннісні орієнтири, спрямовані на усвідомлення значущості рухової активності як складової загальної та професійної культури майбутнього фахівця. Водночас спостерігається зниження мотивації студентів до систематичних занять фізичною культурою, що зумовлює необхідність переосмислення підходів до її змісту та організації з урахуванням ціннісного потенціалу.

**Ключові слова:** фізична культура, ціннісний потенціал, студенти, мотивація, здоровий спосіб життя, заклади вищої освіти

**Relevance.** In modern society, characterized by an increase in academic workload, lack of physical activity and digitalization of the educational process, the problem of preserving and strengthening the health of student youth is gaining particular importance. Physical education in higher education institutions is designed to perform not only a health-improving function, but also to form stable value orientations aimed at realizing the significance of motor activity as a component of the general and professional culture of the future specialist. At the same time, there is a decrease in students' motivation for systematic physical education classes, which necessitates a rethinking of approaches to its content and organization, taking into account the value potential.

**Keywords:** physical education, value potential, students, motivation, healthy lifestyle, higher education institutions.

**Вступ.** Сучасні трансформації вищої освіти вимагають переорієнтації навчального процесу на формування ціннісних орієнтацій студентської молоді, здатної до відповідального ставлення до власного здоров'я, соціальної активності та етичної поведінки. Фізична культура, будучи важливим соціокультурним феноменом, володіє значним потенціалом для розвитку особистості, її морально-вольових якостей, соціальної взаємодії та культури поведінки. У цьому контексті особливої актуальності набуває проблема придбання студентів до ціннісного потенціалу фізичної культури, що передбачає не лише засвоєння знань, а й перегляд цінностей, які визначають стиль життя та професійну позицію майбутніх фахівців.

**Метою статті** є теоретичне обґрунтування сутності процесу залучення студентів до ціннісного потенціалу фізичної культури та визначення педагогічних умов, що забезпечують його ефективність.

У науковій літературі фізична культура розглядається не лише як засіб фізичного розвитку, ай як багатовимірне явище, що поєднує оздоровчі, соціальні, моральні, естетичні та культурні компоненти, що сприяють формуванню здорового способу життя, соціальної активності та професійної праездатності майбутніх фахівців. Ціннісний потенціал фізичної культури визначається як сукупність соціально значущих норм, ідеалів, моделей поведінки та культурних традицій, що інтегруються у свідомість студентів через практичну діяльність і соціальну взаємодію. Однак у практиці закладів вищої освіти спостерігається зниження мотивації студентів до занять фізичною культурою, що зумовлює необхідність пошуку нових підходів до їх залучення.

Ефективне придолучення студентів до ціннісного потенціалу фізичної культури можливе за умови впровадження особистісно орієнтованого підходу, використання сучасних педагогічних технологій, варіативних форм рухової

активності та міждисциплінарної інтеграції. Важливу роль відіграє акцентування уваги на оздоровчій, соціальній та культурній значущості фізичної активності, а також створення позитивного емоційного середовища на заняттях.

Фізична культура є важливим соціокультурним феноменом, який поєднує у собі фізичні, духовні та соціальні складові розвитку особистості. Її ціннісний потенціал виявляється у формуванні здорового способу життя, розвитку відповідальності за власний фізичний стан, вихованні наполегливості, дисциплінованості, цілеспрямованості та здатності до саморегуляції.

Придолучення студентів до ціннісного потенціалу фізичної культури передбачає цілеспрямований педагогічний вплив, орієнтований на формування внутрішньої мотивації до рухової активності. Важливими чинниками цього процесу є використання особистого та компетентного підходів, упровадження інноваційних форм занять, застосування сучасних фітнес-технологій, інтеграція елементів самостійної та проектної діяльності.

Особливу роль відіграє формування у студентів усвідомлення фізичної культури як життєвої цінності, що сприяє не лише фізичному розвитку, а й соціалізації, зниженню рівня психоемоційного напруження, підвищенню навчальної та професійної працездатності. Створення позитивного освітнього середовища, врахування індивідуальних інтересів і потреб студентів підвищує їх залученість та сприяє сталому інтересу до занять фізичною культурою.

Важливим аспектом придолучення студентів до ціннісного потенціалу фізичної культури є формування усвідомленого ставлення до фізичної активності як невід'ємної складової повсякденного та професійного життя. Саме у студентському віці відбувається активне становлення системи цінностей, життєвих пріоритетів і моделей поведінки, що зумовлює доцільність цілеспрямованого педагогічного впливу засобами фізичної культури.

Сучасна система фізичного виховання у закладах вищої освіти має бути спрямована на подолання формального ставлення студентів до навчальної дисципліни «Фізичне виховання» та трансформацію зовнішньої мотивації у внутрішню. Це досягається шляхом осмислення студентами соціальної, оздоровчої та особистісної значущості фізичної культури, усвідомлення її ролі у профілактиці захворювань, зниженні негативного впливу стресових факторів та підвищенні якості життя.

Особливе значення у процесі формування цілісних орієнтацій має варіативність змісту занять з фізичної культури. Використання різних видів рухової активності (фітнес-програм, оздоровчих видів гімнастики, командних ігор, рекреаційних та реабілітаційних форм) сприяє підвищенню інтересу студентів і створює умови для врахування їх індивідуальних потреб та

фізичних можливостей. Це, у свою чергу, формує позитивний емоційний фон і стійку мотивацію до систематичних занять.

Важливим педагогічним чинником придолучення студентів до ціннісного потенціалу фізичної культури є інтеграція теоретичних знань і практичної діяльності. Ознайомлення студентів з основами здоров'язбережувальних технологій, принципами раціональної рухової активності, самоконтролю та саморегуляції фізичного стану сприяє підвищенню рівня їх фізкультурної освіченості та відповідальності за власне здоров'я.

Не менш значущим є формування соціальних і комунікативних цінностей засобами фізичної культури. Колективні форми занять сприяють розвитку взаємодії, толерантності, вмінню працювати в команді, що є важливими складовими професійної компетентності майбутніх фахівців. У цьому контексті фізична культура виступає ефективним засобом соціалізації студентської молоді та формування активної життєвої позиції.

**Висновки.** Формування ціннісного ставлення студентів до фізичної культури є важливою складовою освітнього процесу у закладах вищої освіти.

Системне та науково обгрунтоване придолучення студентської молоді до ціннісного потенціалу фізичної культури сприяє гармонійному розвитку особистості, підвищенню рівня здоров'я та формуванню готовності до професійної діяльності в умовах сучасного суспільства

Придолучення студентів до ціннісного потенціалу фізичної культури є важливим чинником формування здорово-орієнтованої, соціально активної та морально відповідальної особистості. Ефективність цього процесу забезпечується інтеграцією ціннісне орієнтованого змісту, активних методів навчання, емоційного досвіду та педагогічної підтримки. Розвиток ціннісних орієнтацій у сфері фізичної культури сприяє підвищенню якості професійної підготовки студентів та формуванню їхньої життєвої позиції, що відповідає сучасним соціальним викликам.

Таким сином, системне формування ціннісного ставлення до фізичної культури сприяє підвищенню рівня фізичної підготовленості студентів, розвитку їх життєвих компетентностей та забезпечує гармонійний розвиток особистості в умовах сучасного освітнього простору. Реалізація зазначених положень сприятиме формуванню цілісного уявлення про фізичну культуру як важливу життєву цінність і чинник сталого розвитку особистості.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Атаманюк С.І. Інноваційні види рухової активності та підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до їх використання: монографія, Суми. 404 с.

2. Зав'ялова, О. В. Формування ціннісних орієнтацій студентської молоді засобами фізичної культури. Педагогічні науки, 2019. 85(2), С. 112–118.

3. Круцевич, Т. Ю., Пангелова, Н. Є. Теоретико-методичні засади формування здоров'язбережувальної компетентності студентів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я, 2017. 3(19), С. 25–31.

4. Сутула, В.О. Педагогічні умови розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2020. 24(2), С. 45–51.