

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ЗВО

У період перебудови вищої освіти в Україні фізичне виховання студентів є важливим напрямком підготовки сучасного фахівця, яке повинно забезпечити фундамент його фізичного, духовного добробуту та успіхи у виробничій діяльності. Значення цього постійно зростає у зв'язку із змінами в сучасному суспільстві і пов'язані з ними інтенсифікацією праці, комп'ютеризацією навчання і виробництва, які ставлять нові підвищені вимоги до фізичних і психічних якостей людини.

Функціонування системи фізичного виховання студентів з орієнтуванням на її прогресивний розвиток зумовлюється власне управлінням, що зберігає її цілісність, пропорційність оптимального співвідношення підсистем, діяльність основних структурних елементів – викладача та студента, які повинні перебувати в постійній взаємодії для досягнення поставленої мети. Однак порушення цілісності системи як на структурному так і на функціональному рівнях не приводить до її досягнення.

Особливі труднощі виникають із фізичним вихованням студентів, яке в деяких навчальних закладах витісняється із обов'язкових дисциплін у розряд факультативних чи різко скорочується за кількістю годин у навчальному плані.

Фізичне виховання стає переривчастим, носить формальний характер, обмежується взаємодією між викладачем та студентом, знижується рівень рухової активності. Наслідком цього є зниження опірності організму студентів до несприятливих факторів навколишнього середовища, зростання випадків захворювань, зниження як розумової так і фізичної працездатності, різке збільшення числа осіб, які віднесені за рівнем здоров'я до спеціальних медичних груп, зниження рівня фізичного стану студентів. З огляду на це взаємодія між викладачем та студентом потребує фундаментального перегляду, що має забезпечити цілісність та безперервність фізичного виховання. Саме в такому відношенні актуалізується управлінська діяльність, оскільки вона перебуває в стані постійної адаптації до змінюваних соціально-педагогічних умов.

У фізичному вихованні студентів під управлінням розуміють процес спрямованої і контрольованої зміни фізичних і духовних можливостей людини відповідно до поставленої мети, інтегральним показником ефективності цього процесу є рівень фізичного стану

студентів. Викладач опосередковано здійснює управління фізичним станом студентів через поведінку за допомогою управлінського впливу. Управлінський вплив неодмінний і обов'язковий компонент управління фізичним станом студентів. Саме в керуючому впливі викладача на студента і закладена сутність управління у фізичному вихованні.

Для вибору ефективного управлінського впливу та постановки мети управління необхідно визначити вихідний фізичний стан студентів. Фізичний стан включає низку компонентів, які визначають його зміст та структуру. На основі цього повинна визначатися методика його оцінки відповідно до індивідуальних особливостей здоров'я і розвитку студента. Вкрай мало наукових робіт, присвячених удосконаленню системи оцінювання фізичного стану студентів.

Управління фізичним станом студентів – це єдина організована ціла система, яка складається з багатьох елементів та існує і розвивається завдяки їх взаємодії. За умови випадіння або послаблення хоча б одного елемента не приводить до досягнення мети.

Подальші дослідження необхідно спрямувати на розроблення технології управління фізичним станом студентів

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Круцевич Т., П Потребово-мотиваційний підхід до управління фізичним вихованням студентів [Електронний ресурс] / Т.П. Круцевич // Наукова періодика України – Режим доступу: https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/3091/1/%D0%A2%D0%BE%D0%BD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3_55.pdf

2. Чихик В. В. Оздоровча фізична культура в умовах проживання на радіоактивно забруднених територіях / І В. В.Чихик – Луцьк: [Ред.-вид. відділ Вежа, Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки] – 2000. –197 с.

3. Яремко Є. О. фізіологія спорту та фізичних вправ : навч. посіб. – Л : ЛДУФК, 2010. –179 с.