

змогу приймати участь в програмі WSH, яка проводиться разом з польським Університетом Хуманітас (м. Сосновець). Програма містить виїзди на навчання та стажування у Польщі та отримання двох дипломів.

Український державний університет залізничного транспорту активно співпрацює за міжнародними програмами з університетом Le CNAM (Франція) згідно з проектом ЄС TEMPUS, п'ятьма університетами Польщі. Укладено договори з такими компаніями як Bombardier, Transportation, Schneider, MEDCOM, Electric, Siemens, Iskratel та інші. Програми університету розробляються за європейськими стандартами в партнерстві з колегами з Польщі, Латвії, Франції, Азербайджану.

Університети завжди відкриті для іноземних громадян, які намагаються отримати освіту високого рівня в Україні. Так, на факультеті менеджменту Харківського університету харчування та торгівлі навчаються іноземні студенти з Конго, Туркменістану, Еквадору, Азербайджану, Ірану тощо.

Таким чином, в Україні створюється нова система освіти, яка поступово стає демократичною, гуманістичною, цілісною та здатною до саморозвитку, спроможною синтезувати вітчизняний і зарубіжний досвід, готувати фахівців світового рівня.

**В.М. Лисяк**, канд. наук з фіз. вих. та спорту, доц. *(ХННІ ДВНЗ УБС, Харків)*

## **ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА СТУДЕНТІВ У КОНТЕКСТІ ІНТЕГРАЦІЇ ВІТЧИЗНЯНОЇ УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ОСВІТИ В МІЖНАРОДНИЙ ПРОСТІР**

Предметом дослідження феномену фізичної культури в університеті було обрано мотиваційні фактори здорового способу життя студентів. Система заходів щодо формування здорового способу життя має враховувати специфіку навчання та майбутньої професійної діяльності студентів. Роки навчання – важливий етап становлення майбутнього спеціаліста. Саме в цей період значною мірою розкриваються здібності, задатки, удосконалюється інтелект, розширюється коло пізнання. Інтелектуальна праця студентів економічних спеціальностей з її підвищеними вимогами до психічної стійкості, здатності опрацювати велику кількість різноманітної

інформації, тривалим нервовим напруженням відрізняється від інших видів діяльності.

Кожному студенту необхідно оволодіти засобами, які сприяють формуванню здорового способу життя та відкривають у нашому організмі приховані резерви, що дозволяють почуватися здоровим, повним сил та підтримувати високий рівень працездатності.

Яким фахівцем стане нинішній студент, залежить не лише від того, наскільки від добре вчиться, а й від уміння володіти здоровими життєвими навичками, від його буття взагалі.

Фізична культура – це специфічний вид соціальної діяльності молоді людини, у процесі якої відбувається задоволення фізичних і духовних потреб. Ось чому мотивація занять фізичною культурою – істотна сторона їх життя. Не можна вважати, що вся мотивація занять фізичною культурою повинна зводитися лише до залучення останніх в систематичні заняття фізичними вправами. Практика настійно вимагає, щоб педагог міг певним чином впливати на мотиваційну сферу студентів, формуючи в них належне ставлення до себе, до суспільства тощо.

Усвідомленість мотивації розглядається як прагнення молодих людей розвивати в собі досконаліші якості, як усвідомлення необхідності занять фізичними вправами для професійного вдосконалення. При цьому молода людина повинна глибоко усвідомлювати роль здорового способу життя в справі задоволення як матеріальних, так і духовних потреб.

Головним у процесі залучення студентів до фізичного самовдосконалення є формування у них інтересу до фізичної культури, який є формою виявлення потреб і виступає своєрідною орієнтацією людини у її зв'язках з дійсністю. Поява інтересу викликає бажання діяти, формує мотив поведінки.

Низький інтерес студентів до фізичної культури і спорту пояснюється недостатнім рівнем освіченості майбутніх фахівців з фізичного виховання вищих навчальних закладів, недооцінкою важливості цього напрямку роботи викладачами.

Формування мотивації – означає не закласти готові мотиви і цілі в голову студента, а поставити його в такі умови і ситуації розгортання активності, де б бажані мотиви і цілі склалися та розвивалися б з урахуванням минулого досвіду, індивідуальності, внутрішніх спрямувань самого суб'єкта.

Багаторічний досвід роботи нашого навчального закладу показав, що виховання мотивації до занять з фізичного виховання потрібно розпочинати з формування соціально значимих мотивів на

першому курсі, після проведення вступного контролю стану фізичного розвитку студентів і вивчення мотивів до занять.

Для формування позитивної мотивації до занять ми постійно інформували студента про досягнуті ним успіхи в заняттях. Коли студент має можливість прослідкувати покращення своїх результатів, у нього виникає відчуття радості, задоволення собою, бачення перспектив, які підсилюють його звичні мотиви з досягненням кращих результатів. Якщо мотиви студента повністю відповідають цілям навчального процесу з фізичного виховання, то ефективність його стає високою. Але якщо така залежність спостерігається частково і, більш того, з'являється певна відмінність між мотивами і цілями, то така різниця негативно впливає на ефективність цієї діяльності.

Позитивна мотивація достовірно формується також за тієї умови, коли внутрішня спрямованість студента, є основою інтересу (вимоги викладача, конкретні завдання, посилене фізичне навантаження).

Для ефективного залучення студентів до занять фізичними вправами в умовах ВНЗ необхідно створити педагогічну систему формування у студентів позитивної мотивації, впровадити оздоровчі технології, котрі забезпечать задоволення їх потреб у руховій активності.

Проте для з'ясування ролі мотивації в житті і в підтримці здоров'я молодих людей цього недостатньо. Будь-яке, навіть незвичайно цікаве явище не можна зрозуміти до кінця, якщо не існує теорія, яка пояснила б його природу і могла б вказати місце цього феномена в оточуючому житті.

Ми акцентуємо увагу на формуванні здорового способу життя саме молоді, оскільки саме у молоді роки відбувається сприйняття певних норм та зразків поведінки, накопичення відповідних знань та вмінь, усвідомлення потреб та мотивів, визначення ціннісних орієнтацій, інтересів та уявлень. Актуальність проведеного дослідження спирається на гостроту сучасної суспільної проблеми формування, збереження та зміцнення індивідуального здоров'я студентів. Від стану здоров'я студентського населення країни залежить здоров'я нації.

Здоров'я – одна з обов'язкових умов повноцінного виконання студентом своїх навчальних, а в майбутньому і професійних функцій. Отже, турбота про здоров'я студентів – пріоритетне завдання вузівської освіти. Як зацікавлена сторона, ВНЗ повинен виступати ініціатором і організатором цілеспрямованої та ефективної роботи зі

збереження, реабілітації та примноження здоров'я студентського контингенту [2].

Багато прикладів підтверджують, що випускники вузів, які активно займалися під час навчання фізичною культурою і спортом, успішно працюють у складних умовах професійної життєдіяльності. Але деякі факти свідчать про те, що у навчальному закладі не в повній мірі вичерпуються всі можливості фізичного виховання у вирішенні задач підготовки студентів до високопродуктивної праці [1].

Для того щоб мотиви до занять фізичною культурою були вагомими, необхідно розширювати фізкультурну і спортивну роботу, поліпшувати її організацію за місцем проживання і навчання. Велике значення тут має формування у студентів прагнення до фізичного самовдосконалення. Досягнення цієї мети можливо лише при вирішенні ряду проміжних задач:

- виховання у студентів стійкого інтересу до фізичної культури;
- формування у них навичок і умінь самостійних занять;
- сприяння впровадженню занять фізичною культурою у режим дня [3].

У ході дослідження були виділені основні причини, які заважають студентам займатися фізичними вправами. В основному це відсутність мотивації – лінь. Але на старших курсах студенти, які вже звикли до фізичного навантаження, займаються більш свідомо, що впливає на їх самооцінку фізичної підготовки.

Більш поширеним є середній рівень фізичної підготовки. Рівень «нижче середнього» та «вище середнього» коливається з 1 по 5 курси в однакових межах (20–28%). Але на старших курсах вже починає збільшуватись самооцінка «низького рівня» фізичної підготовки, та зменшуватись самооцінка «високого рівня».

На запитання анкети: «Яке ставлення у Вас до предмету «фізичне виховання»? 40% студентів 1-2 курсів відповіли: «займаюсь, тому що фізичне виховання – обов'язковий предмет; і «займаюсь тому, що це мені подобається» – 22,5% студентів. 12,5% опитуваних вважають, що фізичне виховання є «необхідністю в житті» і «фізичною розрядкою».

На 4–5 курсах заняття фізичною культурою (вже самостійно) стають більш свідомими і оцінюються як «життєва необхідність» (30%); і «можливістю фізичної розрядки» (22,5%); що перевищує відповідні показники для 1–2 курсів.

Приведені результати свідчать про різне ставлення студентів молодших і старших курсів до засобів фізкультури і спорту для

зміцненні здоров'я, що має бути пріоритетним у системі їхніх цінностей.

На анкетне питання: «Які форми і зміст занять вам подобаються?» студенти вибрали: «самостійні заняття» і «спортивні секції». Значно нижче оцінені обов'язкові заняття в навчальній групі. Але справді, самостійно займається лише незначне число студентів і фахівців. З них більшість віддають перевагу спортивним іграм і плаванню (37,4 і 23,8%) відповідно, легкій атлетиці і гімнастиці (18% і 30,4%). Можна прослідкувати тенденцію зростання популярності серед молоді відвідування тренажерного залу, фітнес центрів і інших спортивних споруд.

У ході роботи з'ясовано, як впливає фізична культура та спорт на формування особистих якостей студентів. З анкетних даних видно, що у студентів 1–2 курсів під впливом фізичної культури формуються такі фізичні якості як витривалість, дисциплінованість, у старшокурсників – цілеспрямованість та наполегливість. Задоволення інтересів студентів до занять фізичною культурою є найважливіший шлях у зміцненні їхнього здоров'я. Це сприяє самостійним заняттям фізичною культурою і спортом, що в цілому позначається на здоровому способі життя.

Велике значення у формуванні свідомого ставлення до занять має мотивація студентів. На питання анкети: «Якою є Ваша мотивація до занять фізичною культурою та спортом?» одержано наступні відповіді: «зміцнення здоров'я» та «вдосконалення фізичного розвитку».

Отже, можна констатувати – наше здоров'я в наших власних руках. Ми повинні зрозуміти, що вижити в сучасному світі під силу тільки здоровим людям, тому треба берегти найцінніше, що у нас є – наше здоров'я [4].

Отримані дані свідчать, що студенти знають, яким повинен бути спосіб життя для поліпшення та підтримки здоров'я, але мало хто з них його дотримується.

Більшість студентів відмічають значимість мотивації до занять фізичною культурою – зміцнення здоров'я та вдосконалення фізичного розвитку.

Фізична активність студентів перших курсів більш висока ніж старшокурсників. Це пов'язано з відсутністю обов'язкових занять із фізичного виховання у студентів 4–5 курсів в інституті, з браком вільного часу, підготовкою до державних іспитів та ін.

### Список використаних джерел

1. Завидівська Н. Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Н. Н. Завидівська // Педагогіка і психологія професійної освіти: Науково-методичний журнал. – 2002. – № 1. – С. 152–157.
2. Завидівська Н. Н. Педагогічні засади формування здорового способу життя студентів вищих закладів освіти економічного профілю: метод реком. / Н. Н. Завидівська. – Львів ЛІБ НБУ, 2001. – 38 с.
3. Косолапов А. Б. Проблемы изучения, сохранения и развития здоровья студентов : монография / А. Б. Косолапов. – Владивосток, 2003. – 200 с.
4. Футорний С. М. Про необхідність здоров'язберігаючих технологій у процесі фізичного виховання студентської молоді / С. М. Футорний // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.-теорет. журнал. – Харків, 2012. – № 2. – С. 26–30.

**В.В. Спіцин**, канд. пед. наук, доц. (*ХДУХТ, Харків*)

### ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В ДИТЯЧІЙ ГРОМАДСЬКІЙ ОРГАНІЗАЦІЇ «ПЛАСТ»

**Постановка проблеми.** За роки незалежності в Україні було створено близько 5 тисяч дитячих громадських організацій, що мають різні напрямки діяльності, цілі, ідеологічні засади, історію, традиції, атрибути. Становлення дитячих громадських об'єднань відбувалося на основі чинного законодавства, зокрема закону «Про молодіжні та дитячі громадські організації», підписаного Президентом України 1 грудня 1998 року.

Серед таких дитячих громадських організацій особливе місце посідає спортивно-просвітницька організація «Пласт». Втілюючи основні ідеї всесвітньої організації «Асоціації скаутів», «Пласт» віддзеркалює національні особливості й історичні традиції українського народу та розробив свою унікальну систему фізичного виховання дітей та підлітків.

**Аналіз актуальних досліджень.** На сьогодні проблемі фізичного виховання дітей та підлітків в дитячих громадських організацій України приділяється велика увага. В цьому напрямку видано багато статей, методичних посібників, монографій, захищаються дисертації. Зокрема, над цим працюють С. Диба, В. Пілат, Є. Приступа, В. Кузик, Ю. Жданович, Н. Волкова, Р. Охрімчук та інші дослідники.