

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ  
КУЛЬТУРИ ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра теорії і методики фізичної культури

**ЛЕКЦІЯ № 1**

**ТЕМА: МЕТА, ЗАВДАННЯ ТА ОСОБЛИВОСТІ  
ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ  
ОСВІТИ**

Виконавець:  
доцент Ріпак М.О.

Лекцію обговорено і затверджено на засіданні кафедри теорії і методики  
фізичної культури (протокол №\_\_ від «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ року)

Зав. кафедри,  
д.фіз.вих., професор

І. Р. Боднар

## ПЛАН

1. Соціально-психологічний портрет студентської молоді.
2. Мета і завдання фізичного виховання студентів.
3. Завдання позанавчальної роботи з ФВ зі студентами.
4. Особливості організації процесу ФВ студентів.
5. Основні напрямки діяльності кафедри ФВ у ЗВО.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного удосконалення студентства. Вид. Друге, стереотипне – К.;, 1999. – 270 с.
2. Лєко Б. Теоретико-методологічні та психолого-валеологічні виміри процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах // Молода спортивна наука України. – Львів, 2004, Т3. – С.198-205.
3. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівнів акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003. – 33 с.

### 1. Соціально-психологічний портрет студентської молоді.

Найвищий період розвитку фізичної культури особистості – це вік від 18 до 25 років. Переважно цей вік припадає на навчання у вищих та середніх спеціальних навчальних закладах, це вік вибору професії, початку виробничої діяльності, становлення сімейного життя.

Сучасна орієнтація на творче засвоєння фізичної культури майбутнім спеціалістом вимагає впорядкованої системи дієвості на його інтелектуальну, емоційно-вольову і практичну діяльність. Це дозволяє говорити про фізичне виховання як важливий спосіб формування особистості, громадянина і майбутнього спеціаліста, цілеспрямований педагогічний процес залучення студентської молоді до цінностей загальнонародної фізичної культури.

На фізкультурно-спортивну активність студентів суттєво впливають такі соціально-психологічні чинники як:

- рівень фізкультурної освіченості студентів;
- характер попередньої рухової активності;
- ступінь декларованої та реальної включеності в заняття ФК і спортом;
- мотивація та інтереси до занять фізичними вправами (Л.В.Хрипко, 2003; В.В.Романенко, 2003 та ін.).

Опитування, проведене В.М.Вовк, свідчить, про відсутність у значної кількості студентів навичок самостійних занять фізичними вправами та про їхню слабу фізичну підготовку, отриману в школі (табл.1).

Дослідження свідчать, що серед студентів технічних спеціальностей займаються спортом 12% опитаних (С.А.Савчук, 2002), а серед студентів ВНЗ аграрного профілю – лише 4% (Л.В.Хрипко, 2003).

Таблиця 1

Труднощі, з якими зустрічаються студенти на навчальних заняттях з фізичного виховання (за В.М.Вовк, 200).

Рангові місця	Труднощі	Кількість студентів (%)
1	Відсутність навичок самостійних занять фізичними вправами.	69,6
2	Слаба фізична підготовка отримана в школі.	67,2
3	Лінь, відсутність волі.	43,1
4	Заняття, що проводяться, не відповідають інтересам студентів.	36,4
5	Велике навчальне навантаження.	31,5
6	Поганий стан здоров'я.	26,2
7	Велика завантаженість громадською роботою.	19,3
8	Погані матеріально-спортивні умови.	18,8
9	Недостатні природні здібності до занять фізичними вправами.	17,5
10	Велике фізичне навантаження.	10,8

За критерієм включеності у фізкультурно-спортивну діяльність С.М.Канішевський поділяє студентів на наступні 7 груп:

1. Студенти, які займаються спортом (в т.ч. спортом вищих досягнень), наполегливо тренуються, дисципліновані, підпорядковують свій робочий день головній меті (інколи на шкоду іншим інтересам).

2. Студенти, що усвідомлюють позитивний вплив ФК і спортом, для особистого здоров'я, регулярно відвідують у навчальний та позанавчальний час заняття та самостійно займаються фізичними вправами.

3. Студенти, які займаються фізичними вправами, але нерегулярно, іноді вони навіть захоплюються різними модними «системами» та невдовзі кидають їх; це уболівальники і знавці спорту.

4. Студенти, що усвідомлюють оздоровчий вплив ФК на здоров'я людини, але нічого не роблять для використання з цією метою фізичних вправ, вони хизуються своїм природним здоров'ям, силою, спритністю тощо.

5. Студенти із слабо вираженими інтересом до занять фізичними вправами і, як правило, це безвільні та безладні люди, які не вірять у свої сили.

6. Студенти, які вважають, що вони здорові і фізична робота, яку вони постійно виконують їх задовольняє, і немає потреби в додаткових заняттях фізичними вправами; вони відверто висловлюються проти занять спортом, розглядаючи його як пустощі.

7. Студенти з абсолютно байдужим ставленням до ФК, вони мають хибне уявлення про користь фізичних вправ для здоров'я людини, ігнорують їх, віддають перевагу покою і фізичній бездіяльності.

Розподіл студентів на вище вказані групи дає уявлення про індивідуальні, психофізіологічні риси особистості. Проте, відокремлення зазначених вище характеристик особи від її повного соціального статусу дещо спотворює загальну картину.

Як вказує Б.Леко, кожен студент - неповторна особистість і самотутня цінність. Він вважає, що ФВ у ЗВО є одним із небагатьох

особистісно-орієнтованих навчальних предметів, на відміну від інших професійно-орієнтованих.

Основа кожної особистості – певна цілком індивідуальна ієрархія мотивів, що спонукає її до різних видів діяльності, тому необхідно створювати умови для мотивації занять ФКіС у ЗВО. На думку фахівців, реальній включеності студентів у заняття ФКіС сприяють такі цілі ФВ:

- функціонально-оздоровчі (спрямовані на зміцнення здоров'я, гармонійний чи фізичний розвиток, підвищення розумової працездатності);
- бар'єрні (виконання норм і вимог програми з ФВ, державних тестів, нормативів спортивної класифікації тощо);
- комунікативно-виховні (спілкування с товаришами, виховання вольових якостей, підвищення особистого престижу);
- організаційно-педагогічні (придбання умінь та навичок громадського інструктора, тренера, судді із спорту).

Встановлено, що основними причинами, які перешкоджають участі студентів в фізкультурно-спортивній діяльності на дозвіллі, є такі:

- організаційні;
- матеріальні;
- суб'єктивно-особистісні;
- функціонально-оздоровчі.

Суттєве значення у залучення студентів до фізкультурно-спортивної діяльності мають причини, які пов'язані із відсутністю потреби заняттях, недооцінкою ролі ФК і спорту у розвитку духовних та інтелектуальних здібностей, у майбутній професійній діяльності [2]. Так, 24,1% юнаків і 20,3% дівчат відзначають відсутність потреби у фізкультурно-спортивній діяльності (табл. 3).

Таблиця 3

Суб'єктивно-особистісні причини, які обмежують участь студентів у фізкультурно-спортивній діяльності, %

П р и ч и н и	Юнаки	Дівчата
Невміння організувати свій вільний час	14,0	21,6
Немає бажання, інтересу	19,4	11,0
Власна пасивність	9,6	17,1
Відсутній контакт з викладачем	8,2	10,8
Немає впевненості у необхідності занять	10,5	8,6
Немає потреби у заняттях	24,1	20,3
Заняття не впливають на інтелектуальну сферу	14,0	16,7
Заняття не сприяють професійній підготовці	15,8	18,4

## 2. Мета і завдання ФВ студентів

**Мета** ФВ студентів – це формування всебічно-розвинутої гармонійної особистості фахівця, який має високий рівень здоров'я, необхідну фізкультурну освіту та фізичну підготовленість, спроможного до фізичного удосконалення.

Для досягнення мети фізичного виховання студентів передбачається комплексне вирішення наступних завдань:

1. Формувати розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості, мотиваційно-ціннісне ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, формування потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом.
2. Формувати систему знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботи, сімейному фізичному вихованні.
3. Оволодіти системою практичних умінь і навичок занять головними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, зміцнення і збереження здоров'я, розвиток й удосконалення можливостей і якостей особистості.
4. Сприяти правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактиці захворювань, забезпечити високий рівень фізичного стану і працездатності впродовж усього періоду навчання.
5. Набути досвід творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей.

### **3. Завдання позанавчальної роботи з фізичного виховання студентів**

1. Забезпечити активний відпочинок студентів.
2. Формувати вміння самостійно використовувати доступні засоби ФВ у повсякденному житті з метою оздоровлення, фізичного вдосконалення, корисного та культурного проведення дозвілля.
3. Залучити до систематичних занять фізичними вправами якомога більшу кількість студентів з метою формування у них звички і потреби виконувати фізичні вправи.
4. Пропагувати здоровий спосіб життя.
5. Сприяти вибору студентами спортивної спеціалізації та досягнення в обраному виді спорту результатів на рівні нормативних вимог спортивної кваліфікації.
6. Підготувати громадський фізкультурний актив навчального закладу.

### **4. Особливості організації процесу ФВ студентів**

До початку навчального року студенти проходять медичне обстеження. На підставі даних про стан здоров'я і ФР студентів розподіляють на основну, підготовчу і спеціальну медичні групи.

Організація та проведення практичних занять вимагає розподілу студентів за навчальними академічними відділеннями – основне, спеціальне і спортивне. Розподіл проводиться на підставі результатів медичного обстеження на початку навчального року з урахуванням статі, фізичного розвитку, фізичної та спортивної підготовленості.

В основне навчальне відділення зараховуються студенти, віднесені до основної і підготовчої медичних груп, які розподіляються в навчальні групи загальної фізичної підготовки (ЗФП) та професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП).

У **спортивне** навчальне відділення зараховуються студенти основної медичної групи, які мають хороший фізичний розвиток та фізичну підготовленість і бажають поглиблено займатися одним (або декількома) з видів спорту, з яких проводяться навчально-тренувальні заняття в даному вищому навчальному закладі.

У **спеціальне** навчальне відділення зараховуються студенти, віднесені за даними медичного обстеження до спеціальної медичної групи. Навчальні групи комплектуються за нозологічними ознаками. Студенти, які звільнені за станом здоров'я від практичних занять виконують розділи навчальної програми із теоретичної і методичної підготовки.

## 5. Основні напрямки діяльності кафедри ФВ у ЗВО

Загальне керівництво роботою з фізичної культури у ЗВО здійснює ректорат. Безпосередньо організовує і проводить цю роботу кафедра фізичного виховання. Самодіяльною фізкультурною роботою керує спортивний клуб.

Кафедра – один із структурних підрозділів ЗВО. Вона проводить навчальну, методичну, науково-дослідну діяльність з однієї чи кількох споріднених дисциплін.

До змісту **навчальної** роботи входить:

- розподіл студентів за навчальними відділеннями;
- організація і проведення навчальних занять з ФВ зі студентами навчальних відділень відповідно до затверджених навчальних планів, програм з ФВ;
- проведення консультацій, методичних занять зі студентами (для надання методичної і практичної допомоги в організації самостійних занять ФК);
- організація індивідуальних занять для студентів з послабленим здоров'ям, тими, хто має недостатню ФП);
- тестування ФП студентів;
- приймання заліків з ФВ.

До основних напрямків і завдань **наукової** роботи кафедри ФВ також відносяться:

- проведення наукових і науково-методичних досліджень з актуальних проблем ФВ у ЗВО, що сприяють подальшому вдосконаленню системи ФВ студентів;
- наукове обґрунтування і методичне забезпечення всіх форм ФВ студентів;
- удосконалення засобів і методів, що використовуються у ФВ і спортивному тренуванні студентів;
- підготовка і видання підручників, навчальних посібників, методичних розробок, рекомендацій, вказівок;
- розробка індивідуальних фізкультурно-оздоровчих і спортивних програм для студентів за допомогою комп'ютерних технологій;

- підвищення професійної кваліфікації викладачів і навчально-допоміжного персоналу кафедри.

Головний напрямок **господарської** діяльності кафедри полягає у підготовці і утриманні спортивних споруд у відповідності до завдань і принципів ФВ, екологічних та санітарно-гігієнічних норм і правил.

Завдання спортивного клубу: впровадження в побут студентів ФК і С. Підвищення спортивної майстерності членів клубу, підготовка з їх числа спортсменів високого класу.