

Що ж стосується виробництва, то працездатність у фізично тренуваних людей на 20-30 % вища від середніх показників, а захворюваність, особливо простудного характеру, значно нижча, ніж у іншого населення (О.П. Григоренко, 1998).

Фізичне виховання сприяє здійсненню естетичного виховання. Під час виконання фізичних вправ слід розвивати здатність сприймати, відчувати, розуміти і правильно оцінювати красу, витонченість, виразність рухів, поз, постави, красу костюмів, фізкультурного інвентаря, навколишнього оточення, виховувати прагнення до естетично виправданої поведінки, непримиренність до всього грубого в діях, словах, вчинках. Сьогодні вкрай необхідна корекція проблем фізичного виховання та шляхів його реалізації. Цей процес повинен бути перманентним, таким, що забезпечить дієві практичні кроки, які однозначно будуть сприяти підвищенню якості професійної підготовки студентів.

Література:

1. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 1997. 207 с.
2. Энциклопедический словарь по физической культуре и спорту. Москва: Физкультура и спорт, 1963. С. 239–241.
3. Папуша В.Г. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. Тернопіль: Збруч, 2000. 248 с.
4. Шиян Б. М., Папуша В. Г., Приступа Є. Н. Теорія фізичного виховання. Львів: ЛОНМЮ, 1996. 220 с.

ПРОБЛЕМИ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Лісов Б.Д.

Науковий керівник: Іванко І.К., ст. викладач

Харківський національний автомобільно-дорожній університет

Стан здоров'я студентської молоді – одна з найактуальніших педагогічних проблем. Нові умови життя, навчання і праці потребують певної психологічної й фізичної стійкості. Студенти як майбутні фахівці з вищою освітою значною мірою визначають майбутнє нашої держави, тому вони повинні мати не тільки високий рівень професійної підготовленості, але й бути фізично витривалими, працездатними, духовно і фізично здоровими. Але багатогодинні щоденні заняття в навчальних аудиторіях сприяють розвитку гіподинамії-малорухомості, що є тривожною хворобою нашого століття. За останніми даними у студентів спостерігається стійка тенденція до погіршення стану здоров'я і рівня фізичної підготовленості.

Традиційна фізична підготовка студентів на навчальних заняттях є не ефективною. Існуючі програми фізичного виховання не вирішують питань

формування у молоді мотивів і потреб у регулярній фізичній активності як складовій частині здорового способу життя, не виконують оздоровчої функції і потребують подальшого вдосконалення.

А тому закономірним є питання про підвищення ефективності занять з фізичного виховання студентів.

Фізичне виховання студентів має низьку ефективність із-за низки об'єктивних причин:

- недостатня кількість занять за планом;
- низький рівень використання технічних засобів навчання під час занять фізичними вправами;
- недостатнє фінансування;
- недостатній рівень мотивації до систематичних занять фізичними вправами;
- низький рівень управління фізичними вихованням;
- у студентів не сформована потреба піклуватися про власне здоров'я;
- студенти покладаються на діяльність лікувальних закладів і нехтують ефективними, економічно вигідними засобами оздоровлення – засобами фізичної культури.

У фізичному вихованні студентів існують дві основні проблеми:

перша – як забезпечити об'єм рухової активності, необхідний їм для збереження здоров'я, розумової й фізичної працездатності і який дасть можливість ефективно засвоїти життєво-необхідні вміння, навички і фізичні якості;

друга – як підвищити ефективність навчально-виховного процесу. Якщо перша проблема передбачає, в основному, вирішення питань організації фізичного виховання (покращання матеріальної бази, підготовку кадрів, посилення керівництва, збільшення бюджету часу на заняття фізичними вправами), то друга пов'язана з пошуком шляхів диференційованого підходу до студентів, розробкою технології навчання, використання технічних засобів навчання тощо.

Підвищення фізичного навантаження й щільності досягається:

- використанням індивідуального підходу в застосуванні засобів і методів фізичного виховання
- за рахунок скорочення часу на показ вправ та пересування під час зміни місць занять;
- регулюванням відпочинку;
- виконання вправ одночасно і поточним способом;
- застосуванням комплексного тренування.

Окрім того, педагог має відійти від тоталітарної системи фізичного виховання та впроваджувати новітні навчально-виховні моделі та технології, щоб забезпечити розвиток такого рівня свідомості, який би спонукав студента до самопізнання і само активності.

На думку Н.Ю. Борейка фізичне виховання як компонент професійної підготовки має сприяти формуванню особистості фахівця, здатного до ефективної трудової діяльності, до прийняття самостійних рішень.

Отже, наведене вище свідчить про нагальну потребу розробки нових науково обґрунтованих шляхів удосконалення організації фізичного виховання у ВНЗ з метою запобігання подальшому погіршенню стану здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді, формування стійкої мотивації та поглиблення їхнього інтересу до занять з фізичного виховання.

Література:

1. Базильчук В. Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук із фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Львів, 2004. 43 с.

2. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: науково-метод. посібник. К.: ІЗМН, 1998. 204 с.

3. Борейко Н. Ю. Формування гуманних відносин між викладачем і студентом на заняттях фізичного виховання у вищих технічних навчальних закладах. Викладач і студент: проблеми ефективної співпраці: зб. матеріалів Всеукраїнської наук.-практ. конф. Черкаси, 2006. С. 79-81.

4. Глагошук О. Г. Педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». К., 2008. 24 с.

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У МАЙБУТНІХ ІНЖЕНЕРІВ

Мазена В.О.

Науковий керівник: Євдокимова І.С., викладач

Харківський національний автомобільно-дорожній університет

У сучасних умовах ринкової економіки та враховуючи високу конкуренцію на ринку праці. До майбутніх інженерів висувають виключно високі вимоги, не тільки до якості підготовки в професійних знаннях, уміннях і навичках. А й до рівня здоров'я, працездатності і надійності майбутнього інженера.

При цьому, за останні десятиліття виробництво завдяки високим темпам науково-технічного прогресу і комп'ютеризації, повністю змінило характер і умови роботи студентів-випускників вищих технічних навчальних закладів - більшість інженерних професій механізовані, зростає відсоток розумової, малорухомої роботи.