дозволяє враховувати фізичний стан кожного здобувача. Таким чином, факультативні заняття з фізичної культури мають значний потенціал розвитку, однак потребують посилення мотиваційної складової.

Рекомендації. Факультативні заняття з фізичної культури у ВНТУ є важливим засобом збереження здоров'я здобувачів освіти й потребує посилення мотиваційної складової навчального процесу. Перспективи розвитку пов'язані з урізноманітненням змісту та форм занять. Доцільним є активне впровадження інноваційних та цифрових технологій та введення форми контролю з дисципліни «Фізична культура». Це сприятиме підвищенню ефективності фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Література

1. Андрєєва О. В. Фізичне виховання студентської молоді: теорія, методика, інновації. Київ : Олімпійська література, 2019. 320 с.
2. Круцевич Т. Ю. Мотивація до занять фізичною активністю у студентської молоді. Київ : Олімпійська література, 2018. 256 с.
3. Приходько В. В. Культура здоров'я особистості: теоретичні та прикладні аспекти. Харків : ХДАФК, 2020. 240 с.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У ЗВО УКРАЇНИ. ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Овчарук Василь

Вінницький національний технічний університет,
кафедра фізичного виховання
vvovcharuk@gmail.com

Анотація. Здійснено аналіз сучасного стану фізичної культури у закладах вищої освіти України. Розглянуто основні проблеми організації фізичного виховання студентської молоді в умовах війни, соціально-економічних трансформацій та реформування освітньої галузі. Акцентовано увагу на зниженні рухової активності студентів, мотиваційних чинниках, участі у фізкультурно-оздоровчій діяльності та ролі фізичної культури у формуванні здорового способу життя. Визначено перспективні напрями розвитку фізичної культури у ЗВО з урахуванням європейських освітніх тенденцій. Обґрунтовано необхідність оновлення змісту, форм і методів фізичного виховання студентів.

Ключові слова: фізична культура, фізичне виховання, студенти, заклади вищої освіти, здоров'я, рухова активність.

Summary. Ovcharuk V. Physical Culture in Higher Education Institutions of Ukraine: Problems and Prospects. The current state of physical education in higher education institutions of Ukraine has been analyzed. The main problems of organizing physical education of student youth in conditions of war,

socio-economic transformations, and reform of the educational sector have been considered. Attention is focused on the reduction of students' physical activity, motivational factors, participation in physical culture and health-improving activities, and the role of physical culture in the formation of a healthy lifestyle. Promising directions for the development of physical culture in higher education institutions are identified, taking into account European educational trends. The need to update the content, forms and methods of physical education of students is substantiated.

Keywords: physical culture, physical education, students, higher education institutions, health, physical activity.

Постановка проблеми. Фізична культура є важливою складовою загальної культури особистості та невід'ємним елементом освітнього процесу у закладах вищої освіти України. В умовах війни та реформування системи вищої освіти зростає роль фізичного виховання у формуванні здорової, соціально активної та професійної конкурентоспроможної молоді. Сучасний студент перебуває під впливом значних навчальних, психоемоційних та інформаційних навантажень. Це обумовлює підвищені вимоги до рівня його фізичного та психічного здоров'я. Разом із тим, спостерігається стійка тенденція до зниження рухової активності студентської молоді. Низький рівень мотивації до систематичних занять фізичними вправами негативно впливає на стан здоров'я та працездатність студентів. У зв'язку з цим проблема розвитку фізичної культури у ЗВО набуває особливої актуальності й зумовлює необхідність пошуку нових шляхів розвитку фізичної культури у ЗВО.

Обговорення. В умовах сьогодення фізична культура у закладах вищої освіти України регламентується нормативно-правовими актами, наказами та рекомендаціями МОН України й розглядається як обов'язкова складова освітнього процесу. Вона спрямована на зміцнення здоров'я студентів та формування потреби у здоровому способі життя. Проте сучасні соціальні умови суттєво впливають на характер рухової активності молоді.

Більшість студентів ведуть малорухливий спосіб життя. Це пов'язано з інтенсифікацією навчального процесу та широким використанням цифрових технологій. Недостатня рухова активність призводить до погіршення функціонального стану організму, зростає кількість студентів із хронічними захворюваннями, актуальною стає проблема порушень опорно-рухового апарату та серцево-судинної системи. У цих умовах фізична культура повинна виконувати не лише навчальну, а й оздоровчу функцію.

Важливим чинником ефективності фізичного виховання є мотивація студентів до занять фізичною культурою та спортом. Дослідження свідчать про низький рівень внутрішньої мотивації до занять фізичними вправами [2]. Часто фізична культура (факультатив) сприймається як формальна навчальна дисципліна. Це знижує зацікавленість студентів у систематичних заняттях. Також значну роль відіграє зміст навчальних програм. Типові програми не завжди враховують індивідуальні особливості та інтереси студентів.

Впровадження вибіркових модулів та введення форми контролю можуть підвищити мотивацію до занять. Сучасні підходи передбачають орієнтацію на особистісно-орієнтоване навчання. Важливим є використання інноваційних форм фізкультурно-оздоровчої діяльності: фітнес-програми, функціональні тренування, рекреаційні види рухової активності. Європейський досвід свідчить про ефективність інтеграції фізичної культури у студентське дозвілля [3]. Перспективним напрямом також є гейміфікація фізкультурно-оздоровчої діяльності. Вона сприяє формуванню стійкого інтересу до занять фізичними вправами.

Рекомендації. Фізична культура у ЗВО України відіграє ключову роль у збереженні та зміцненні здоров'я студентської молоді. Сучасний стан фізичного виховання характеризується наявністю низки організаційних і мотиваційних проблем. Перспективи розвитку фізичної культури пов'язані з оновленням змісту програм та впровадженням інноваційних форм занять. Доцільним є посилення мотиваційної складової фізичного виховання за рахунок введення форми контролю. Подальші дослідження мають бути спрямовані на розробку ефективних моделей фізкультурно-оздоровчої діяльності у ЗВО.

Література

1. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І. Теорія і методика фізичного виховання. Київ : Олімпійська література, 2017. 392 с.
2. European Commission. Physical Activity and Sport in Higher Education. Brussels, 2020. 145 p.
3. Москаленко Н. В. Формування культури здоров'я студентської молоді. Дніпро : Інновація, 2019. 256 с.