

## **Формування особистісної фізичної культури студентів: виховний аспект**

В.В. ЗОЛОЧЕВСЬКИЙ, канд. пед. наук

О.С. ГОЛИК, студент

*Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»*

На сучасному етапі розвитку українського суспільства у молодіжному середовищі зростає популярність малорухомого способу життя, перевага пасивних форм дозвілля, ризикована поведінка та різні форми залежності від шкідливих звичок. Що негативно впливає на стан фізичного, психічного й соціального здоров'я молоді. Так, за оцінками вчених (Н. Смолко, М. Струковська, В.Сутула), у вищих навчальних закладах країни серед осіб, які вступають на навчання, до 80 % молоді з ослабленим здоров'ям. Основною причиною вказаної ситуації більшість вчених визначає зниження рухової активності дітей і молоді через недотримання фізіологічного нормування розумового та фізичного навантаження у режимі дня, а також відсутність самосвідомості та розуміння молоддю особистої відповідальності за власне здоров'я (М.Булатова, В.Бальсевич, М.Визитей, Т.Ротерс, В.Сутула, Б.Шиян).

Що також підтверджують результати власних соціологічних досліджень, аналіз яких дозволив виявити недостатній рівень розуміння студентами ролі фізичної культури у формуванні здорового способу життя та вмотивованості їх до фізичної активності (Т. Бондар, В.Золочевський).

На погляд таких вчених як Т.Бондар, Ю.Васьков, Т.Круцевич, В.Сутула, Б.Шиян це обумовлено відсутністю узагальнюючої системи опанування молоддю певного обсягу знань, умінь і прикладних навичок з фізичної культури на підставі їх особистого досвіду.

Тому якісне вирішення завдань системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах щодо зміцнення здоров'я, розвитку фізичних здібностей студентів, виховання у них потреби в руховій активності можливо лише за умови спрямування цього процесу на формування особистісної фізичної культури студентів. Адже сформованість фізичної культури є інтегративною якістю та показником вихованості особистості, що передбачає володіння індивідумом сукупністю властивостей, набутих у процесі фізичного виховання. Це виражається в свідомій фізично активній діяльності людини, спрямованій на реалізацію функцій фізичної культури та ведення здорового способу життя.

Специфічною формою фізичного виховання, яка виступає потужним засобом підвищення соціальної та фізичної активності особистості є фізкультурно-спортивна діяльність, до якої залучається молодь. Формування в процесі такої діяльності особистісної фізичної культури студентів на якісно новому рівні на нашу думку потребує створення таких організаційно-педагогічних умов: вдосконалення змісту та засобів пропаганди здорового способу життя; створення умов для вибору студентами виду рухової активності за інтересами; активізацію роботи органів студентського самоврядування, щодо організації та проведення фізкультурно-масових заходів; проведення змагань з масових видів спорту, спортивно-розважальних свят; туристичних походів, спільних фізкультурних парадів та показових виступів спортсменів ВНЗ, тематичних зустрічей та бесід з відомими спортсменами тощо.

Отже, сучасна дійсність вимагає від педагогічних працівників вищої школи розроблення, в першу чергу, виховних технологій, що сприятимуть мотивації студентів до занять фізкультурно-спортивною діяльністю, як головної умови процесу формування особистісної фізичної культури.