

## ЩОДО ПИТАННЯ ВАЖЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*Мацухова Єлизавета, Микитчик Ольга*

*Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Дніпро*

**Анотація.** У статті представлені різноманітні погляди науковців на особливості професійно-прикладної фізичної підготовки сучасних здобувачів вищої освіти.

**Ключові слова:** професійно-прикладна фізична підготовка, здобувачі вищої освіти.

**Вступ.** На думку науковців [1, 6, 7, 8] підтримка здоров'я та повноцінне життя громадян є однією з найважливіших цілей світової спільноти, особливо це стосується сучасних здобувачів вищої освіти. Вчені постійно наголошують, що фізична готовність майбутніх фахівців до продуктивної діяльності найбільш ефективно досягається у процесі фізичного виховання.

У цьому аспекті доречно вказати, що принцип органічного зв'язку фізичного виховання з практикою трудової діяльності найбільш конкретно втілюється у професійно-прикладній фізичній підготовці (ППФП), що й зумовило актуальність обраної теми дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами, грантами.** Дослідження виконується згідно тематичного плану НДР Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2021-2025 рр. за темою «Наукове обґрунтування оздоровчо-рекреаційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U108320).

**Мета дослідження:** розглянути особливості професійно-прикладної фізичної підготовки здобувачів вищої освіти.

**Матеріал і методи дослідження.** Дослідження проводились протягом жовтня 2021 – квітня 2022 років. Застосовувався метод аналізу науково-методичної та спеціальної літератури.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Науково доведено, що фізичне виховання у вищій освіті є ключовим елементом загальної та професійної культури особистості спеціаліста, системи гуманістичного виховання здобувачів вищої освіти. Як навчальна дисципліна, вона є також засобом формування гармонійно розвиненої особистості, оптимізації фізичного стану студентів у процесі професійної підготовки [4]. Слід зауважити, що в Україні до вересня 2015 року обов'язковим було вивчення дисципліни «Фізичне виховання», проте наразі Міністерство освіти і науки України запропонувало організувати заняття за рекомендованими формами, у тому числі факультативними.

Однак, у зв'язку з введенням змішаного формату навчання, що спричинено пандемією Covid-19, фізичне виховання носить рекомендаційний характер і розраховане на самостійність і високу самосвідомість здобувачів освіти [2]. У той же час, професійно-прикладна фізична підготовка є прикладно-профільованим процесом фізичного виховання. Система знань, спеціальних вправ з ППФП орієнтована на формування професійно важливих фізичних та психомоторних якостей, рухових умінь, навичок та удосконалення психофізичних здібностей організму з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності здобувачів вищої освіти.

Науковці вказують, що в системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти ППФП реалізовується в межах спеціально-організованих навчальних занять (обов'язкових та альтернативних), самостійних занять фізичною культурою та різними видами спорту, масових оздоровчих фізкультурних та спортивних заходів. При цьому форму праці визначає конкретний зміст ППФП здобувачів вищої освіти [10]. Дистанційні форми навчання, які профілюють наразі передбачають довготривалу роботу здобувачів за комп'ютером, що значно обмежує їх заняття руховою активністю. У зв'язку з цим у реалізації

змісту освітнього компоненту «Фізичне виховання» постають проблеми неповної реалізації, оскільки комп'ютерні технології та умови карантинних обмежень не можуть повноцінно замінити заняття у спортивній залі або на тренувальному майданчику, які раніше були звичними місцями для проведення занять [9].

На думку Г. І. Гончар, О. Г. Черевичко, Є. М. Щеглової [3] переважання в режимі дня здобувачів освіти навчальної діяльності над руховою активністю, великий об'єм розумового навантаження та скорочення тривалості занять фізичною культурою і спортом негативно впливають на стан їхнього здоров'я. У той же час, як стверджує А. Я. Єфремова [5] набуття професійних знань, умінь і навичок можливе виключно за наявності гарного самопочуття, стану здоров'я, високої працездатності та адаптаційних здібностей організму. Але, зважаючи на нинішню ситуацію це питання залишається під великим сумнівом, оскільки наразі у молодого покоління переважають прояви гіподинамії, що було підтверджено багатьма дослідженнями, й, звісно фізичне здоров'я сучасної молоді – його енергетичні, пластичні і регуляторні резерви стають все більш уразливими. Так, все частіше зустрічається відхилення в діяльності нервової та каріо-респіраторної систем, шлунково-кишкового тракту, органів зору, викривлення хребта, а довге сидіння у незмінній позі призводить до послаблення м'язів живота, часто зустрічаються захворювання жіночої статеві сфери [3]. Все це сприяє набуттю значної важливості в питаннях ефективної професійно-прикладної фізичної підготовки сучасних здобувачів вищої освіти у сучасних реаліях переважно дистанційного (змішаного) навчання.

**Висновки.** Питання ефективної професійно-прикладної фізичної підготовки сучасних здобувачів вищої освіти з використанням засобів дистанційного навчання набувають підвищеної уваги та повинні бути спрямовані на підвищення резистентності організму до несприятливих умов, у яких в майбутньому буде протікати професійна діяльність.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у теоретичному обґрунтуванні програми ППФП здобувачів вищої освіти педагогічних

спеціальностей з використанням засобів дистанційного навчання з метою підвищення резистентності організму до несприятливих умов, у яких протікає професійна діяльність педагога.

### **Список використаної літератури**

1. Бадрак Т. В., Гордієнко Н. О., Трубенко О. А, Шевченко В. В. Інтерес як фактор впливу на мотивацію до фізичної активності. Фундаментальні та прикладні аспекти сучасних наукових досліджень (м. Миколаїв, 29-30 квітня 2021 р.). Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2021. С. 130–132  
URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/conf/other/57april2021/35.pdf>

2. Годлевський П. М., Саратовський О. В., Спринь О. Б. До питання про змістове наповнення навчальної програми з дисципліни професійно-прикладна фізична підготовка фахівців морського транспорту. Achievements and prospects of modern scientific research: The 1st International scientific and practical conference (December 6-8, 2020) Editorial EDULCP, Buenos Aires, Argentina. 2020, С. 244–251.

3. Гончар Г. І. Професійно-прикладна фізична підготовка як складник фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, 2015, №17, С. 43–48.

4. Горпинич О. О. Визначення рівня фізичної підготовленості студентів ДНУ імені Олесея Гончара. Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах: Матеріали регіональної наукової інтернет-конференції ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2020. С. 36–40

5. Єфремова А. Я. Обґрунтування змісту та організації професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх інженерів-електриків залізничного транспорту: дис. ...канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Харків, 2018. 331 с.

6. Имас Е. В., Дутчак М. В., Андреева О. В., Кашуба В. О., Кенсицкая И. Л., Садовский О. О. Современные подходы к проблеме формирования ценностей здорового образа жизни студентов в процессе

фізического виховання. Физическое воспитание студентов. 2018. 22(4), С. 182–189 <https://doi.org/10.15561/20755279.2018.0403>

7. Круцевич Т., Пангелова Н. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Спортивний вісник Придніпров'я, 2016. № 3. С. 109–114.

8. Пилипей Л. П., Гуцол Є. М. Інтеграція педагогічних технологій у модернізації системи фізичного виховання і спорту закладів вищої освіти. Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту: тези доповідей VI Міжнародної науково-методичної конференції, м. Суми, 18-19 квітня 2019 р. Суми: СумДУ, 2019. С. 50–52.

9. Слухенська Р. В., Куліш Н. М., Маланій В. І., Бамбурак В. Б. Фізична культура у вищих навчальних закладах в умовах карантинних обмежень 2020 року. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2020. №73. Т. 2. С. 194–198.

10. Форостянов О. І. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів вищих навчальних закладів. Science, society, education: topical issues and development prospects: The 8th International scientific and practical conference (July 5-7, 2020) SPC “Sci-conf. com. ua”, Kharkiv, Ukraine. 2020. P. 175.