

## Волейбол у фізичному вихованні студентів закладів вищої освіти неспортивного профілю

Груцяк Н. Б., Колій С. М., Коник Г. О.

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна*

**Анотація.** Проведено огляд можливостей застосування волейболу у спортивно орієнтованому фізичному вихованні здобувачів вищої освіти на прикладі Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Вказано на важливість забезпечення зацікавленості студентської молоді до занять фізичною культурою та спортом, дотримання здорового способу життя, поповнення знань про шляхи збереження та зміцнення свого здоров'я протягом усього терміну навчання у закладі вищої освіти. Зазначено необхідність широкого впровадження та застосування інформаційно-комунікаційних технологій як для інформування і залучення студентів до тренувань, так і проведення дистанційних занять. Показано, що при підготовці здобувачів вищої освіти у вищих неспортивного профілю спостерігається широке застосування спортивно орієнтованого фізичного виховання, дієвим засобом якого є ігрові види спорту. Вказано на важливість змішаної форми занять для оволодіння студентами технічних та тактичних елементів гри.

**Ключові слова:** волейбол; здобувач вищої освіти; спортивно орієнтоване фізичне виховання; інформаційно-комунікаційні технології; дистанційне навчання.

**Вступ.** Під час застосування дистанційної факультативної форми навчання в освітньому процесі головним завданням фізичного виховання у закладах вищої освіти неспортивного профілю є забезпечення постійного інтересу студентської молоді до занять фізичними вправами, дотримання здорового способу життя, поповнення знань про шляхи збереження та зміцнення свого здоров'я. Однією із основних вимог, яка ставиться перед сучасним фахівцем є формування здатності самостійно і творчо вирішувати не лише загальні, а й спеціальні фахові компетентності. Сучасний фахівець має усвідомлювати особистісну й громадську значущість власного прикладу в дотриманні здорового способу життя, підвищенні власної фізкультурно-оздоровчої компетентності, формуванні спортивно-оздоровчого клімату у трудових колективах, ціннісного ставлення до засобів фізичного виховання, бути прикладом і організатором фізкультурно-оздоровчих заходів та готовим нести відповідальність за їх результати.

**Мета дослідження** – проаналізувати новітні підходи до змісту освітнього процесу студентів закладів вищої освіти неспортивного профілю на заняттях з фізичного виховання.

**Матеріал та методи дослідження.** Теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури та даних всесвітньої мережі Інтернет.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Пріоритетною метою фізичного виховання здобувачів вищої освіти у сучасних соціально-економічних умовах є комплексне вирішення оздоровчих, освітніх та виховних завдань. Актуальним завданням сьогодення для викладачів фізичного виховання є формування у здобувачів вищої освіти ціннісного ставлення до фізичної культури і спорту (Попрошаєв, & Білик, 2021).

Фізичне виховання сьогодення потребує орієнтації на:

- вироблення і реалізацію якісно нової, особистісно і компетентісно обґрунтованої основи до підходу збереження і підтримки інтелектуальної та фізичної індивідуальності здобувачів вищої освіти на всіх етапах навчання з урахуванням особливостей їх рухового і психофізичного розвитку;
- створення освітнього середовища, яке стимулює рухову активність особистості та її організацію відповідно до вікової та психофізичної специфіки розвитку організму;
- інтенсивне включення в освітній процес закладів вищої освіти можливостей для додаткових форм фізичного виховання;
- створення умов і механізмів фізичного виховання для занять різної спрямованості за інтересами;
- формування стійкості до асоціальних впливів щодо виникнення шкідливих звичок і неадекватних видів поведінки;
- підтримка та оптимізація здорового способу життя (Olkhovy, et al., 2015).

Фізичне виховання здобувачів вищої освіти на сучасному етапі потребує нових підходів до змісту освітнього процесу. В умовах дистанційного навчання при організації навчально-тренувального процесу та комплектації навчальних груп необхідне впровадження та активне застосування інформаційно-комунікаційних технологій, які дозволяють не тільки визначати зацікавленість здобувачів вищої освіти до занять певним видом спорту (рухової активності), а й безпосередньо залучати їх до навчально-тренувального процесу (Петренко, et al., 2017).

При організації дистанційних занять з фізичного виховання для реалізації креативних задумів широке застосування отримали сучасні онлайн-ресурси: Google Classroom, Viber, Telegram, Direct в Instagram, Messenger у Facebook, Skype, Zoom та Google meet. Завдяки цим інструментам можна проводити тести, ділитися враженнями від уроку, організовувати зворотний зв'язок, проводити дистанційні заняття з фізичного виховання у реальному часі. Месенджери актуальні для зручного спілкування в освітньому процесі, дозволяють втілити індивідуальний та груповий підхід. Якщо у студентів виникають запитання щодо виконання будь-якої вправи, вони можуть поставити їх у зручному месенджері та отримати відповідь. Зручними платформами для розміщення відеоуроків та інших матеріалів є YouTube та Google Drive. Фахівці зазначають, що для якісної організації дистанційної

форми навчального процесу вкрай необхідним є активне використання широкого спектру інформаційних технологій для комунікації зі здобувачами вищої освіти, що передбачає достатній рівень комп'ютерної грамотності науково-педагогічних працівників закладів вищої освіти (Зеніна, et al., 2021).

При спортивно орієнтованому фізичному вихованні студентів доцільно використовувати ігрові види спорту, які забезпечать достатній обсяг рухової активності. Фізкультурно-спортивні уподобання студентів наразі різноманітні, але спортивні ігри постійно користуються високою популярністю.

Різнманітність видів спорту для спортивно орієнтованого фізичного виховання визначається наявністю спортивної інфраструктури, зацікавленістю здобувачів вищої освіти до занять тим чи іншим видом спорту, а також наявністю кваліфікованих спеціалістів, спроможних кваліфіковано проводити фізкультурну діяльність у обраному напрямі. Актуальність та доцільність вибору волейболу, як одного з основних засобів для покращення фізичної підготовки студентів є очевидною.

Волейбол – це вид спорту, де у найбільшій мірі йде сприяння всебічному розвитку людини, пред'являються високі вимоги організму людини. Волейбол складається з конструктивних, творчих, інтуїтивних елементів, взаємозв'язаних між собою, які безпосередньо впливають на набуття майстерності кожним гравцем команди. Зазначимо, що волейбол, який органічно поєднує в собі біг, стрибки і метання, є прекрасним засобом фізичної підготовки. Необхідно намагатися будувати заняття так, щоб вивчення техніки і тактики гри поєднувалося з фізичною підготовкою (Глущенко, 2016).

Головними завданнями, які вирішуються на заняттях з волейболу при спортивно орієнтованому фізичному вихованні у вишах є забезпечення розвитку основних та спеціальних фізичних якостей, оволодіння технічними та тактичними елементами гри, визначенням оптимальних фізичних навантажень та оволодіння засобами відновлення організму після фізичних навантажень, використання засобів волейболу з метою оздоровлення організму, формування засад здорового способу життя. Оздоровча спрямованість практичних занять є важливим завданням при проведенні освітнього процесу фізичного виховання у вишах, яка багато в чому визначається правильно організованою руховою активністю студентів. Підвищення оздоровчого потенціалу студентів відбувається завдяки використанню на заняттях вправ з різних видів спорту, як однієї з форм вдосконалення фізичного виховання та підвищення рівня здоров'я студентів. Одним із видів спорту, який забезпечує комплексний розвиток фізичних якостей та в якому поєднуються різні види рухової активності студентів і належні паузи відпочинку, що дозволяє ефективно впливати на показники здоров'я, саме і є волейбол.

Фахівці фізичного виховання зазначають, що правильно підібране фізичне навантаження сприятливо впливає на підвищення рівня загальної активності студента, на його фізичну і розумову працездатність. А це можливо лише в тому випадку, коли заняття спрямовані на переважний розвиток витривалості, сили, кмітливості і духу колективізму (Антіпова, et al., 2020).

Практика дистанційного спортивно орієнтованого фізичного виховання студентів показала проблеми цього процесу. Далеко не всі здобувачі вищої освіти мають можливість виконувати вправи для вивчення технічних елементів гри. В той же час розвиток основних фізичних якостей можна проводити якісно і повноцінно. Тому, при наявності можливості, бажано застосовувати змішану форму навчання студентів: загальна фізична підготовка може проводитися дистанційно, а спеціальна (технічна, інтегральна підготовка, тренувальні ігри тощо) – безпосередньо на волейбольних майданчиках.

Волейбол в Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна є одним з самих популярних видів спорту. Навіть в умовах карантинних обмежень волейболом займалося понад 240 осіб. З початком військової агресії у 2022–2023 навчальному році кількість здобувачів вищої освіти, які обрали волейбол для дистанційних факультативних занять зменшилась до 149 осіб, що склало 18 % від загальної кількості студентів, які займались спортивно орієнтованим фізичним вихованням. У першому семестрі 2023–2024 навчального року кількість студентів, які зареєструвалися на заняття волейболом становить 125 осіб. Оскільки здобувачі вищої освіти мають можливість приєднуватися до занять протягом усього навчального року можна прогнозувати кінцевий показник на рівні минулорічного.

**Висновки.** Вирішення завдань зміцнення здоров'я у закладах вищої освіти важлива з огляду не тільки необхідності реалізації державної програми фізичного виховання, але і закладання фундаменту формування здорового способу життя. Виховання фізично загартованої особистості, яка володіє знаннями, вміннями й навичками використовувати засоби фізичної культури і спорту для оздоровлення, підвищення розумової та фізичної працездатності, має допомагати студентам успішно адаптуватися до нових умов життя й навчання у виші.

#### Література:

- Антіпова, Ж.І., Барсукова, Т.О. & Завезаєв, В.В. (2020). Волейбол як засіб розвитку фізичних якостей студентів навчальних закладів вищої освіти. *Do desenvolvimento mundial como resultado de realizações em ciência e investigação científica*. 3(16), 48-51. DOI: 10.36074/09.10.2020.v3.16
- Глущенко, О.Д. (2016). Волейбол як засіб покращення фізичної підготовки студентів. *Професійно-прикладні дидактики*, 2, 25-29.
- Зеніна, І.В., Гаврилова, Н.М. & Кузьменко, Н.В. (2021). Особливості фізичного виховання студентів в умовах дистанційного навчання. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 6 (137), 19-22.
- Петренко, Ю.М., Петренко, Ю.І., Дудник, Ю.М. & Чернишов, В.О. (2017). Перспективи використання інформаційних технологій у сфері фізичної культури та спорту. *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту*, 1, 78-81.
- Попрошаєв, О.В. & Білик, О.А. (2021). Організація фізичного виховання у закладах вищої освіти: тенденції та перспективи. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 5к (134), 111-116.
- Тимошенко О.В. & Марущак, М.О. (2018). Використання інформаційно-комунікаційних технологій у процесі фізичного виховання учнівської та студентської молоді. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні

проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 3К(97), 544-548.

Olkhovy, O.M., Petrenko, Y.M., Temchenko, V.A., & Timchenko, A.N. (2015). «Model of students' sportoriented physical education with application of information technologies». *Physical education of students*, 3, 29-37.

### Відомості про авторів:

**Груцьяк Наталія Борисівна** –

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту

<https://orcid.org/0000-0002-8665-0754>

E-mail: nataly.grutsyak@gmail.com

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна*

**Коник Геннадій Олександрович** –

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту

<https://orcid.org/0009-0006-0671-9886>

E-mail: gennadii.konik@gmail.com

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна*

**Колій Сергій Миколайович** –

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту

<https://orcid.org/0009-0001-4527-2902>

E-mail: sergeykoliy77@gmail.com

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна*

*Надійшла до редакції 11.01.2024 р.*