

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ІННОВАЦІЙНА ПЕДАГОГІКА

Науковий журнал

Випуск 23

Том 1



Видавничий дім
«Гельветика»
2020



Редакційна колегія:

Благу́н Ната́лія Миха́йлівна – доктор педагогічних наук, професор
Пушка́рєва Тама́ра Олекси́ївна – доктор педагогічних наук, професор
Бочелюк Віталій Йосипович – доктор психологічних наук, професор
Невмержицька Олена Василівна – доктор педагогічних наук, доцент
Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор (Каунас, Литва)
Пагута Мирослав Вікторович – кандидат педагогічних наук, доцент
Пермінова Владислава Анатоліївна – кандидат педагогічних наук, доцент
Кочарян Артур Борисович – кандидат педагогічних наук, доцент
Віталія Гражісне – доктор педагогічних наук (Вільнюс, Литва)

Електронна сторінка видання – www.innovpedagogy.od.ua

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 5 від 25.05.2020 року)

*Журнал включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б»)
у галузі педагогічних наук (011 – Освітні, педагогічні науки, 012 – Дошкільна освіта,
013 – Початкова освіта, 014 – Середня освіта, 015 – Професійна освіта
(за спеціальностями), 016 – Спеціальна освіта)
відповідно до Наказу МОН України від 14.05.2020 № 624 (додаток 2)*

*Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International
(Республіка Польща)*

Науковий журнал «Інноваційна педагогіка» зареєстровано
Міністерством юстиції України
(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія КВ № 22897-12797Р від 02.08.2017 року)

Міжнародний цифровий ідентифікатор журналу: <https://doi.org/10.32843/2663-6085>

ІННОВАЦІЙНА ПЕДАГОГІКА

Бобошко В.В., Романенко С.С., Прокоф'єва Л.А. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ РІВНЕМ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНИМ СТАНОМ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ.....	68
Бондар Л.В., Подмарьова І.А., Яковенко Ю.О. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	73
Бондаренко О.В. СУТНІСТЬ, ЗМІСТ, СТРУКТУРА ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ВІЙСЬКОВИХ ЛІЦЕЇВ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	77
Борщенко В.В. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ТА ЕКОЛОГО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	82
Вознюк О.М., Поцелуйко А.Б. ГУМАНІТАРНО-ФІЛОСОФСЬКИЙ АСПЕКТ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТА У ВИЩІЙ ТЕХНІЧНІЙ ШКОЛІ.....	88
Гилярська О.І. ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО ОРІЄНТОВАНОЇ РИТОРИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ У ПЕДАГОГІЧНИХ КОЛЕДЖАХ.....	93
Гончар Л.В. ДІАГНОСТИКА РІВНІВ СФОРМОВАНOSTІ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ.....	96
Гречаник Н.І. ПРО КОГНІТИВНІ ПРОЦЕСИ У ФОРМУВАННІ КУЛЬТУРОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....	101
Hurin R.S., Yatsii O.M. РОЛЬ КРЕАТИВНОСТІ У ФОРМУВАННІ ФАХОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	106
Думко Н.В. ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ КУРСАНТІВ ПОЛІЦІЇ.....	110
Знобей О.В. ФОРМУВАННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ У ПРОЦЕСІ ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	115
Ікопнікова М.У. ІННОВАЦІЙНИЙ ДОСВІД ВЕЛИКОЇ БРИТАНІЇ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ ФІЛОЛОГІВ.....	119
Ісаєва О.С. ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В МЕДИЧНІЙ ОСВІТІ.....	124
Кірдан О.П. САМОСТІЙНА ТА НАУКОВА РОБОТА СТУДЕНТІВ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ЕКОНОМІСТІВ У СИСТЕМІ НЕПЕРЕРВНОЇ ОСВІТИ.....	128
Колеснікова І.В. РОЗВИТОК МЕДІАКУЛЬТУРИ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ РЕФОРМУВАННЯ ОСВІТИ.....	133
Корочунська Ю.У. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМПАТІЙНОГО КОМПОНЕНТА ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ.....	136
Кравченко О.В. НАУКОВО-ДОСЛІДНИЦЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК УМОВА ПІДГОТОВКИ ДО ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЯВЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ВИКЛАДАЧА-ФІЛОЛОГА.....	140

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

PECULIARITIES OF THE ORGANIZATION OF STUDENTS' YOUTH PHYSICAL EDUCATION

У статті розглядаються проблеми організації фізкультурно-оздоровчого процесу в умовах вищого освітнього закладу, створення належних умов для охорони та зміцнення здоров'я студентської молоді, визначено способи покращення здоров'язбережувального навчально-виховного середовища, а також проаналізовано чинники, які мають негативний вплив на здоров'я молодшої людини відповідно до умов розумової діяльності під час навчально-виховного процесу у закладі вищої освіти.

Сучасна студентська молодь мусить бути не тільки всебічно розвиненою та духовно красивою, але і здоровою, фізично міцною. Ситуація ускладнилася з переходом на кредитно-модульну форму навчання, що припускає зменшення кількості годин, відведених на фізичне виховання, і переміщення їх у розряд самостійної роботи, що у разі несформованої мотивації до занять може проявитися в зниженні рухової активності студентів загалом.

Нині запроваджуються профілактично-реабілітаційні комплекси, прогресивні релаксології, де враховані, гармонійно поєднані (упорядковані, адаптовані, індивідуалізовані, диференційовані й модернізовані) всі складники формування здорового способу життя: фізичні вправи, оздоровчий біг, психогігієнічне та раціональне харчування, дихальна гімнастика, йога-терапія тощо.

Виконання головного завдання фізичного виховання – зміцнення та збереження здоров'я студентів – здійснюється шляхом систематичного залучення студентства до рухової діяльності, проведення фізичних тренувань з метою збільшення функціональних можливостей організму, заповнення вільного часу студентів фізичними вправами, має стати сьогодні надважливою стратегією освітнього закладу (з огляду на систему безперервної освіти).

Значним потенціалом у формуванні здоров'я студентської молоді має стати застосування комплексу цікавих сучасних технологій, форм, заходів із фізичного виховання молоді, з активізації їхньої рухової активності та системи спортивних виховних заходів щодо пропаганди здорового способу життя та мотивації фізичного вдосконалення.

Ключові слова: здоров'язбережувальні технології, розумова діяльність, рухова активність, студент, фізичне виховання, фізкультурно-оздоровчий процес.

The article deals with problems of organization of the physical education and wellness processes in conditions of a higher education and creation of proper conditions for the protection and students' youth health promotion, the ways to improve the health-saving educational environment were identified, also the factors that have a negative impact on health of a young person were analyzed, in accordance with the conditions of mental activity during the educational process in higher education institution.

Modern student youth should be not only comprehensively developed and spiritually beautiful, but also healthy and physically strong. The situation is complicated by the transition of education form to a European Credit Transfer and Accumulation System, which implies a decrease in the number of hours allotted for physical education and their transfer to the category of independent work, which in the case of unformed motivation for the classes may be manifested in a decrease in the students' motor activity in general.

Today the prophylactic and rehabilitation complexes, progressive relaxation technologies are introduced, which include all the components of forming a healthy lifestyle which are harmoniously combined (ranged, adapted, individualized, differentiated and modernized): physical exercises, wellness running, psychic-hygienic and rational nutrition, breathing exercises, yoga therapy and more.

The main task of physical education is a strengthening and preserving the health of students. It is carried out by systematically involving students in physical activity, conducting physical trainings in order to increase the body's functional capacity, filling students' leisure with physical exercises. That should become an important strategy of the educational institution today (including the continuing education).

The use of a complex of interesting modern technologies, forms, activities on a young people's physical education that activate their physical activity, and the system of sports educational measures for the promotion of healthy lifestyles and motivation for physical improvement, should be a considerable potential in shaping the health of student youth.

Key words: health-saving technologies, mental activity, physical activity, student, physical education, physical wellness process.

УДК 378.015.31:796
DOI

Бондар Л.В.,
викладач кафедри фізичного виховання та спорту Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця

Подмарьова І.А.,
ст. викладач кафедри фізичного виховання та спорту Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця

Яковенко Ю.О.,
старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Сьогодення вимагає від сучасних реформ в освіті вирішення питання виховання здорової, освіченої, активної особистості, де гармонійно поєднані духовне багатство, моральна чистота та фізична досконалість сучасної молодшої людини. Підготовка молоді до життя, праці, творчості закладається саме в студентські роки.

Сучасна студентська молодь мусить бути не тільки всебічно розвиненою та духовно красивою, але і здоровою, фізично міцною. Звідси спорт має стати масовим громадським рухом, сферою загартовування вольових якостей сучасної молодшої людини, трампліном для професійного становлення майбутнього висококваліфікованого і конкурентоспроможного фахівця. Але ситуація ускладнилася

з переходом на кредитно-модульну форму навчання, що припускає зменшення кількості годин, відведених на фізичне виховання, і переміщення їх у розряд самостійної роботи, що у разі несформованої мотивації до занять може проявитися в зниженні рухової активності студентів загалом.

Чи можна знайти альтернативу втраченим навчальним годинам, щоб компенсувати час на збереження здоров'я молодій людині, враховуючи, що для поліпшення фізичного стану студентів необхідно підвищити їхню рухову активність. Задача освітньої галузі нині – сформувані у молодого покоління чітке розуміння того, що фізична культура і спорт – це ефективні засоби зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та успішності особистості у сучасному суспільстві.

У рамках цієї статті спробуємо віднайти варіант зацікавленості студента у самостійних заняттях фізичними вправами, здоров'язберігаючими вправами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останні дослідження фахівців розглядають фізичне виховання як потужний засіб зміцнення здоров'я населення, забезпечення високої працездатності та якості життя загалом. Проблема збереження та зміцнення здоров'я молодого покоління досліджувалася науковцями (В. Білогур, В. Бобрицька, М. Булатова, В. Данилюк, О. Дрозд, Г. Іванова, Т. Круцевич, О. Малімон, І. Назарова, О. Нечаєва, С. Савчук, Ю. Усачов, Ю. Фатюшин та ін.), які у своїх працях наголошують на значущості стану здоров'я та його безпосереднього зв'язку із професійним становленням молоді людини, формуванням її особистості.

За даними Л. Крилової, Р. Мотиланської, І. Муравова, В. Мурзи, домінантними аспектами є правильна організація фізичного виховання у навчально-виховному процесі, нормування рухової активності студентів, педагогічні впливи та керівництво процесом формування здорового способу життя в освітньому закладі та поза його межами.

Аналіз психолого-педагогічної літератури дає підстави для твердження, що становлення особистості (професійне, особистісне) передбачає використання сукупності прийомів педагогічного впливу на неї, включення її в різноманітні значущі види діяльності (в тому числі фізкультурно-оздоровчий процес) з метою формування системи важливих знань, умінь, навичок, якостей, форм поведінки, валеологічної свідомості, позитивної мотивації до систематичних занять фізичною культурою, спортом, профілактики шкідливих звичок тощо.

З огляду на це проблема формування здоров'я студентської молоді набуває актуальності з позицій реалізації нових підходів до її розв'язання.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Дослідження фахівців свідчать про те, що в сучасній теорії та методиці

фізичного виховання не досить розроблені, обґрунтовані, впроваджені сучасні високоефективні трендові спортивні та фізкультурно-оздоровчі технології (фітнес, аеробіка, йога, пілатес тощо), які б сприяли формуванню інтересу до фізичних вправ та могли би стати нині одним із головних мотиваторів до здоров'язберігаючих занять.

Мета статті – розкрити особливості організації фізкультурно-збережувального середовища у закладі вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. У Національній доктрині розвитку освіти України зазначено: «Здоров'я нації через освіту. Пріоритетним завданням системи освіти є навчання людини відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищих суспільних і індивідуальних цінностей» [4].

Важливе місце у формуванні відповідального ставлення до власного здоров'я як запоруки успішності у майбутньому житті (особистому, професійному) відіграють заходи (форми, методи, прийоми) з фізичного виховання, здоров'язбережувальні технології, що є складовою частиною навчально-виховного процесу закладів вищої освіти.

Основною метою фізичного виховання є формування фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я. У рамках цієї статті зупиняємося на фізичному здоров'ї молоді. Підґрунтям для формування відповідального ставлення до власного здоров'я та фізичного стану особистості є:

– по-перше, підвищення фізкультурної грамотності у студентства (формування та розширення знань про організм та фізичний стан, стан фізичної підготовленості, статури, про засоби впливу на них, методику використання цих засобів тощо);

– по-друге, надважливим є інформаційність, пропаганда та роз'яснювальна робота серед молоді стосовно фізичної культури та здорового способу життя;

– по-третє, безпосередньо практичне впровадження в життя молоді людини моди на спорт, здоров'язабезпечувальну дозвілєву діяльність, фізкультурну та рухову активність.

Рухова активність (гіподинамія) студента має велике значення для вдосконалення фізичного розвитку й підготовленості особистості. Брак рухової активності має негативні наслідки для організму молоді людини і, як наслідок, виникнення серцево-судинних захворювань, діабету, остеопорозу, депресії, окремих онкологічних захворювань.

Справді, найбільш негативним чинником для здоров'я розумової діяльності є зниження рухової активності у поєднанні з вимогами до засвоєння великих обсягів інформації, тривалого підтримання уваги, високої психічної стійкості тощо. Унаслідок такого поєднання настає розумове стомлення, що викликає перезбудження і невротизацію. Дослідження В. Бобрицької доводять, що хронічний

характер розумової стомленості призводить до перевтомлення зі стійким зниженням показника адаптації організму людини до інтелектуальної праці; це і рівень працездатності, і розвиток соматичних хвороб, таких як: погіршення функціонального стану серцево-судинних систем; застійні явища у нижніх відділах легень, черевної порожнини і нижніх кінцівок; зміни загального обміну речовин і розвитку первинного ожиріння тощо [2].

Розумова діяльність супроводжується напруженістю м'язів обличчя, шиї, плечового поясу, що пов'язане з одноманітністю поз під час письма, читання, слухання. Проте активність саме органів «комірцевої» зони тісно пов'язана з нервовими центрами, що керують процесами уваги, емоціями, мовою. Уникнути застійних явищ у цій зоні можна лише за допомогою активних рухів із залученням інших м'язових груп (спини, ніг та ін.), що розвантажують м'язи шиї, плечового поясу, обличчя від надмірної напруженості. Характерним для студентства є негативні зміни функцій зорового (погіршується гострота зору, стійкість ясного бачення, контрастна чутливість, зорова працездатність) і слухового аналізаторів (понижується рівень слухової чутливості). Науковцями доведені часті випадки невротичних станів, які створюють підґрунтя для розвитку атеросклерозу, злоякісних новоутворювань, цукрового діабету тощо.

Якщо зробити стислий аналіз обставин, що викликають зміни у способі життя студентів (необхідність засвоєння, глибокого розуміння, осмислення і відтворення великого обсягу навчального матеріалу, засвоєння нової соціальної ролі «студент», зміна соціального оточення, зміна способів комунікації тощо), можна побачити цілу низку внутрішніх суперечностей психічного стану, негативні переживання емоційного характеру, перебудови звичного стилю поведінки молодшої людини і бажанням попри все здобути високий рівень свого IQ або здатися перед великим навантаженням навчального процесу і не робити кроки «напруження» до саморегуляції, самовиховання та ін. Узагальнюючи, виокремимо чинники, які у процесі навчально-виховної діяльності студентів можуть мати негативний вплив на їхнє здоров'я, а саме:

- посилені вимоги до засвоєння значного обсягу навчального матеріалу;
- тривале навантаження на деякі функціональні системи організму, зокрема опорно-руховий апарат, аналізаторні системи;
- брак навичок раціональної організації навчальної та дозвільної діяльності.

З огляду на це перед сучасною вищою освітою доцільним є завдання – порушити питання пошуку ефективних здоров'язбережувальних технологій та організації раціонального студентського дозвілля у ракурсі фізичного виховання, фізичної культури та спорту. У межах цієї статті зупинимось на проблемі

організації якісного фізичного виховання в умовах закладу вищої освіти, підвищення фізичної активності студентської молоді.

Фізичне виховання студентів органічно пов'язане з навчальною, позааудиторною, культурно-масовою та іншими видами діяльності. Фізична активність включає ранкову гімнастику, прогулянки на свіжому повітрі, оздоровчий біг, плавання, ходьбу на лижах, домашню фізичну працю, аеробіку та її різновиди, навчальні заняття фізичною культурою, спорт (різні види).

Виходячи із задач та умов освітнього закладу, у процесі фізичного виховання використовуються такі форми роботи:

1. Обов'язкові навчальні дисципліни та факультативні заняття з різних видів спорту.
2. Фізкультурно-масові заходи.
3. Спортивно-оздоровчі табори.

У багатьох країнах (Японії, США, Канаді та ін.) є спеціальні навчальні курси, дисципліни, мета яких – надати молоді уявлення про фізичну культуру, навчити основ фізичної освіти (знання про вплив фізичних вправ на стан здоров'я, працездатність; про гігієнічні правила під час виконання фізичних вправ; про загартовування водою та повітрям; про режим дня та руховий режим; знання, необхідні для виконання фізкультурно-спортивної діяльності тощо). Цікавою є програма Слов'янського педагогічного університету «Теоретичні і методичні основи фізичного виховання та реабілітації». Головний акцент програми занять – від навчання рухових умінь і навичок до вдосконалення їх індивідуального фізичного розвитку, формування фізичної культури, культури здоров'я, стійкої соціально-психологічної установки на активні заняття фізичними вправами. Заняття підвищують у студентів інтерес до таких занять. Значна увага приділяється розробці особистісної методики таких занять, індивідуалізації культурно-оздоровчої роботи, активному включенню таких занять упродовж усього життя.

Зазвичай навчальна діяльність обмежується аудиторними заняттями, доповнюється практичними та індивідуальною і самостійною роботою, консультаціями, заліками тощо. Спостереження, бесіди та інтерв'ювання студентів дало змогу увійти у новий вимір студентського буття, сприяло організації цілеспрямованого дозвілля, корисного для власного здоров'я молодшої людини. Тому в умовах закладу вищої освіти поряд з обов'язковими заняттями (гімнастика, лижна підготовка, плавання та ін.) працюють факультативні заняття-практикуми з фізкультурно-масової роботи з молоддю. На цих заняттях здійснюється підготовка студентів до туристичних мандрівок, флешмобів з прищеплення студентам умінь та навичок з фізичної культури, а для студентів педагогічних вузів це ще й навчання організації та проведення змагань, рухливих ігор та інших видів фізкультурно-оздоровчої роботи

з дітьми. В організації цієї діяльності широко використовується самостійна підготовка студентів до проведення змагань, походів, флешмобів тощо.

Безумовно, в умовах освітнього закладу мають працювати спортивно-оздоровчі секції з ритмічної гімнастики, фітнесу, загальної фізичної підготовки, проводиться змагання, спортивно-оздоровчі заходи, тематичні свята. Широкий діапазон форм заходів з фізичного виховання (День фізкультурника, День здоров'я, День туриста, «Козацькі розваги», «Веселі старты», Спартакіади, естафети, марафони тощо) стимулює зацікавленість студентської молоді, забезпечує молодій людині можливість спробувати власні сили та мотивує до фізичної активності.

Організація оздоровлення та відпочинку студентства під час навчально-виховного процесу у закладі вищої освіти в умовах проживання у студентському гуртожитку, в оздоровчих спортивних таборах, у разі організації раціонального студентського дозвілля є багатограним комплексом зміцнення здоров'я, профілактики захворювань, формування здорового способу життя молоді людини.

Слід пам'ятати, що ефективність процесу залучення молоді до здорового способу життя безпосередньо залежить від професійної майстерності тренера-педагога, яка виражається у підборі та застосуванні цікавих, новітніх методів, прийомів, засобів, форм, технологій не тільки в навчальному процесі, а ще й у позааудиторній діяльності студентської молоді та у доцільному, змістовому плануванні й організації дозвілєвої діяльності студентської молоді.

Так, розробляючи нові форми і технології, слід враховувати статево специфіку організму, вікові, індивідуальні, фізіологічні особливості, активність (суспільну, соціальну) студента, захоплення сучасної молоді тощо. Наголошуємо, що фізичне виховання реалізується через взаємозв'язок навчання (передачу освітнього досвіду) й виховання (формування мотивації, власний досвід).

Нині на зміну формі лікувальна фізична культура (оновлення здоров'я студентів, попередження наслідків патологічних процесів, негативних побічних дій) запроваджуються профілактично-реабілітаційні комплекси, прогресивні релакс-технології, де враховані, гармонійно поєднані (упорядковані, адаптовані, індивідуалізовані, диференційовані й модернізовані) всі складники формування здорового способу життя: фізичні вправи, оздоровчий біг, психогігієнічне та раціональне харчування, дихальна гімнастика, йога-терапія тощо.

Арсенал засобів, що забезпечують високий рівень фізичного стану, різноманітний: ранкова зарядка, спортивні ігри, профілактична ходьба, соціально-спортивні марафони, флешмоби, туризм тощо. Однак брак інструкторів-методистів, висококваліфікованих тренерів, відсутність чіткого регламентування в роботі педагога та адекватної оплати

його праці, недостатня матеріально-технічна база спортивних комплексів (спортзали, майданчики, басейни) освітніх закладів та їх стан гальмує процес покращення стану фізичної культури.

Слід зазначити, що результативність занять та стимул до активної участі у заходах з фізичного виховання напруга залежить, власне, і від особистості самого тренера, педагога. Підтягнутий, спортивного вигляду педагог користується повагою з боку студентської молоді та швидше завойовує авторитет серед вихованців. Саме він може бути для студентської молоді зразком здорового способу життя (рекомендувати студентству загартовування водою, сонцем і повітрям тощо) та мотиватором для студентів покращити свій фізичний стан.

Ось лише деякі особливості організації фізичного виховання під час навчання студентської молоді у закладі вищої освіти, які слід враховувати, на що звертати увагу, які впливатимуть на обрання здорового способу життя сучасної молоді.

Висновки і перспективи в цьому напрямі. Виконання здорового завдання фізичного виховання – зміцнення та збереження здоров'я студентів – здійснюється шляхом систематичного залучення студентства до рухової діяльності, проведення фізичних тренувань з метою збільшення функціональних можливостей організму, заповнення вільного часу студентів фізичними вправами, має стати нині надважливою стратегією освітнього закладу (з огляду на систему безперервної освіти). На нашу думку, значним потенціалом у формуванні здоров'я студентської молоді має стати застосування комплексу цікавих сучасних технологій, форм, заходів із фізичного виховання молоді, з активізації їхньої рухової активності та системи спортивних виховних заходів щодо пропаганди здорового способу життя та мотивації фізичного вдосконалення. З огляду на актуальність проблеми, слід надалі дослідити психолого-педагогічні умови формування потреби в здоровому способі життя студентської молоді у процесі фізичного виховання в умовах освітнього закладу та соціалізації особистості у сучасному суспільстві.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення* : матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 20 травня 2016 р.) Харків : ХДАФК, 2016. 228 с. URL: <http://hda.fk.kharkov.ua/ua/materiali-internet-konferentsiji-2016>.
2. Бобрицька В.І. *Формування здорового способу життя у майбутніх учителів* : монографія. Полтава, 2006. 432 с.
3. Козак Є.П. *Формування ціннісного ставлення до фізичної культури у студентів вищих педагогічних навчальних закладів* : монографія. Кам'янець-Подільський, 2012. 168 с.
4. *Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту*. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004>.