

**Мычка Иван Вячеславович**

соискатель, преподаватель  
Житомирский государственный  
университет им. И. Франко  
г. Житомир, Украина

## **ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ВЫБОРУ СТУДЕНТАМИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ – ПУТЬ К ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

***Аннотация:** в статье рассматриваются вопросы активизации двигательной активности студенческой молодёжи путем использования личностно ориентированного выбора вида физической культуры и спорта. Вид двигательной активности определялся с помощью анкетирования. Использование личностно-ориентированной формой обучения стимулирует процесс физического воспитания в высших учебных заведениях.*

***Ключевые слова:** личностно-ориентированный выбор, двигательная активность, здоровый образ жизни, студенты, формирование.*

Современные изменения в системе физического воспитания студентов в Украине ставят перед высшими учебными заведениями задачу коренного и всестороннего улучшения профессиональной подготовки будущих специалистов. Изменения целевой направленности физического воспитания, суть которого сводится к формированию физической культуры личности, требует от учебно-воспитательного процесса отказа от авторитарных методов, учета интересов и потребностей студентов в сфере личного физического и духовного совершенствования.

Личностно ориентированный подход предполагает рассмотрение этого процесса с позиции гармоничности и целесообразности. При этом образовательный процесс имеет воспитательный, развивающий и формирующий влияние на личность студента. Студент овладевает определенной системой научных знаний, практических умений и навыков, формирует мировоззрение, развивает

физические способности. Такой подход к процессу физического воспитания позволяет сформулировать ключевое понятие исследования – «личностно-ориентированное физическое воспитание», под которым следует понимать процесс целенаправленного освоения ценностного потенциала физической культуры и спорта, ценностных ориентаций на физическое самосовершенствование и здоровый образ жизни, развитие двигательных навыков и умений, индивидуального физкультурно-оздоровительного образа жизни и социальной активности.

Особенность технологий формирования у студентов личностно-ориентированного выбора видов двигательной активности заключается в личной мотивации и осознанности выбранного вида физкультурной деятельности, где можно наиболее полно использовать принцип демократизации и гуманизации при совместной деятельности педагога и студента [2, с. 21–22].

Для повышения эффективности такого сотрудничества составляются программы, комплексы методического руководства и практических рекомендаций для студентов. Ценность такого подхода заключается в конкретной направленности технологий физкультурной деятельности на личность студента для удовлетворения его потребностей и мотивов в избранном им виде спорта.

Следует заметить, что ценности избранных видов физической культуры выгодно отличаются от ценностей традиционного подхода в использовании физических упражнений для физического развития студентов. Внедрение их в практику способствует разработке оригинальных форм физкультурной активности с приоритетом образовательных и физкультурно-оздоровительных функций физической культуры. При этом наиболее эффективными есть принципы гуманопедагогики [1]. Преодоление унитарности используемых в педагогической практике физкультурно-оздоровительных технологий и эволюционная замена их на технологии гуманистической направленности личностно-ориентированного содержания способствуют оптимальному удовлетворению социально-психологических и биологических потребностей студентов в двигательной активности, что является одним из приоритетных направлений модернизации системы физического воспитания в вузе.

Интерес студентов к учебно-воспитательному процессу с физического воспитания с личностно-ориентированной формой обучения, стимулируется самостоятельным выбором определенной спортивной специализации в одном из видов спорта. Это дает возможность студенту совершенствоваться в выбранном виде спорта, а участие в соревнованиях способствует мотивации и росту мотивации к учебно-тренировочному процессу [3].

Таким образом, современная система физического воспитания нуждается в изменении методологического и методического подходов к физкультурно-оздоровительной деятельности студентов. Перспективным направлением решения указанных проблем является внедрение в учебный процесс по физическому воспитанию личностно-ориентированной формы организации физического воспитания в вузе на основе свободного выбора студентами вида спорта.

### ***Список литературы***

1. Грибан Г.П. Проблемы этизации культуры поведения в процессе физического воспитания в условиях реализации учебной программы и принципов гуманопедагогики // Всероссийская научная конференция: Методология современной общей и спортивной педагогики. – М., 2004. – С. 200–202.
2. Зайцев Г.К. Потребностно-мотивационная сфера физического воспитания студентов / Г. К. Зайцев // Теория и практика физической культуры. – 1993. – №7. – С. 21–22.
3. Попрошаев А.В. Преимущества секционной формы организации учебного процесса по дисциплине «Физическое воспитание» / А.В. Попрошаев, А.В. Мунтян // Физическое воспитание студентов. – Харьков: ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2011. – №4. – С. 67–71.