

Державний заклад  
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ  
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

**ПРОБЛЕМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ**  
збірник наукових праць  
(за матеріалами науково-практичної конференції)

Одеса  
2023

УДК:376  
П781

ДРУКУЄТЬСЯ ЗА РІШЕННЯМ  
Вченої Ради  
ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний  
університет імені К. Д. Ушинського  
(протокол №4 від 26.10.2023 р.)

**РЕЦЕНЗЕНТИ:**

**Ганчар І. Л.** – доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичного виховання і спорту Національного університету «Одеська морська академія».

**Кисличенко В. А.** – доцент, кандидат педагогічних наук, доцента кафедри спеціальної освіти Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського.

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

*Головний редактор* – професор **Форостян О. І.**

*Відповідальний редактор* – професор **Соколова Г. Б.**

*Технічний редактор* – викладач **Маматова З. Р.**

**Члени редколегії:**

**Лещій Н. П.** – професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського»

**Арнаутова Л. В.** – доцент, кандидат медичних наук, доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського»

**Притиковська С. Д.** – доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського», завідувачка СНДЗ №193 компенсуючого типу м. Одеси

**Галущенко В. І.** – доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського»

**Григор'єва Л. В.** – директор, вчитель-методист, спеціаліст вищої категорії Одеської спеціальної школи №75 I-II ступенів Одеської міської ради Одеської області.

**Проблеми реабілітації:** Збірник наукових праць (за матеріалами науково-практичної конференції) / редкол. О. І. Форостян та ін. – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2023. 295 с.

**УДК:376**

**ББК:74.00**

© ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», 2023

Кучеренко Г. В., Немудрук Я. О.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

**Постановка проблеми.** Головною метою фізичного виховання у вищих навчальних закладах є формування духовної та фізичної культури особистості. Психолого-педагогічне виховання являє собою цілеспрямовану роботу з учнями, яка в свою чергу впливає на розвиток навичок самоконтролю, саморегуляції, пізнавальних процесів, розвиток вольових якостей, постановку цілей у спорті, вміння керувати власною поведінкою в умовах навчально-педагогічного процесу, у фізкультурно-спортивній діяльності життєдіяльності загалом. Психолого-педагогічні аспекти фізичного виховання студентів мають величезний вплив на суспільство, оскільки фізична культура одна із головних чинників психологічного та фізичного розвитку [1].

Освітній процес і двох складових. Перший елемент – це фізична культура, другий – спортивна психологія. Психологічна підготовка студентів у галузі фізкультури та спорту залежить від зростаючої ролі спорту у зміцненні здоров'я, соціальної значущості спорту та вищого рівня досягнень. Психологія спорту в даний час дозволяє людям отримати здатність прогнозувати та вирішувати питання та проблеми, які можуть виникнути перед ними у процесі розвитку та становлення при занятті спортом.

Необхідний ефект має оптимальне педагогічне управління. Найбільш продуктивними при цьому є методи схвалення, підтримки, виховання відповідальності за успішне виконання групового завдання. Особливо важливу роль відіграє позитивний вплив формального чи неформального лідера студентського колективу. Провідним мотивом у регуляції поведінки студентської молоді в умовах значної фізкультурно-масових видів роботи є позитивне емоційне забарвлення занять та загальна мета – прагнення до перемоги [2].

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Також як критерій, за яким порівнюються, а потім групуються навички, що вивчаються, обрано взаємодію спортсменів. Вони проявляються у двох основних формах: по відношенню до супротивника - у формі суперництва, по відношенню до партнерів – у формі співробітництва. Незважаючи на протиборства, конфліктність, суперництво, властиві взаємодії противників, відносини між партнерами спрямовані на об'єднання зусиль для досягнення спільної мети спортивної перемоги. У всіх вищих навчальних закладах студенти опановують курси фізичної підготовки. Саме це надає велике значення на їх інтелектуальне, емоційне, вольове та світоглядне середовище. Це пов'язано з тим, що сучасне мислення особистості про фізичну культуру пов'язане не тільки з недостатнім розвитком якості занять спортом. Так само воно

пов'язане з пізнанням людини, її мотивацією та перспективами у сфері фізичного виховання та фізичної активності [1, 2].

Для того, щоб вирішити завдання фізичного виховання у вузах, рекомендується: – підвищення знань у студентів про свою майбутню кар'єру; – активізація студентів на навчальних заняттях; – розвиток організаторських здібностей, які навчаються; – цілеспрямованість у здійсненні організації активного дозвілля учнів.

Виховання фізичної культури особистості пов'язане з різними внутрішніми та зовнішніми факторами. Зростає розуміння те, що фізична культура сприяє розкриттю як фізичних, а й особистісних можливостей, мотивує людини проявляти активність у різних спортивних заходах. У програмах вузу зазначено, що метою фізичного виховання є формування фізичної культури особистості та здатності спрямованого використання різноманітних засобів фізичної культури, спорту для збереження та зміцнення здоров'я, психофізичної підготовки та самопідготовки до майбутньої професійної діяльності [3].

Позитивний ефект, який чиниться на здоров'я тих, хто навчається на заняттях у навчальному закладі, залежить від формування позитивних мотиваційно-ціннісних відносин до фізичної культури. Спеціалісти у навчанні та вихованні студентів бачать у цьому важливі відмінні деталі: провідна роль у процесі виховання зберігається за самим студентом, виховання – це спільна діяльність суб'єктів освітнього процесу виділяє 5 специфічних характеристик студента: 1. Усвідомлює себе самостійною, самоврядною особистістю; 2. Має запас побутового, професійного та соціального досвіду, який стає все більш важливим джерелом виховання його самого та його однокурсників; 3. Виходить із прагнення у своїй готовності за допомогою навчання вирішити життєво важливі проблеми та досягти конкретних цілей; 4. Прагне до невідкладної реалізації отриманих знань, умінь, навичок та якостей; 5. Залежить значною мірою своєї діяльності від тимчасових, просторових, побутових, професійних, соціальних чинників [4].

Використання засобів і форм фізкультурно-масової роботи у вихованні студентів обґрунтовано такими моментами: • психологічна комфортність – позитивне спілкування всіх студентів; • оптимістичність процесу виховання, віри в себе та свої можливості [3].

У застосуванні засобів фізичної культури для студентів значна мотиваційна сторона. Мотивація має опрацювання самих мотивів у студентів. Мотивацією для молоді стають спортивні та підтягнуті фігури, зняття напруги та втоми, а також досягнення успіхів у спорті. Для формування мотиваційного ставлення до спорту необхідно враховувати багато психолого-педагогічних умов: бажання та фізичну можливість студентів до зайняття певним видом спорту, професійні поради викладача з харчування та коригування ваги, які приносять видимий результат і тим самим стимулюють студентів на досягнення власної мети. Заняття фізичними вправами, що

постійно повторюються, з поступово збільшуються навантаженнями більшою мірою стають потребою студентів [2].

**Висновки.** Отже, психолого-педагогічні аспекти фізичного виховання студентів є значущими у суспільстві, оскільки фізична культура одна із головних чинників психологічного та фізичного розвитку. Фізична культура формує інтереси та мотиви у веденні здорового способу життя, що є невід'ємним фактором у досягненні цілей у майбутній професійній діяльності молодих фахівців.

#### Список використаних джерел

1. Кошманюк М. В. Особливості формування здорового способу життя студентів в умовах вищого навчального закладу // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Ужгород : УНУ, 2013. Вип. 30. С. 69-73. (Серія «Педагогіка, соціальна робота»).
2. Литвиненко О. М. Формування здорового способу життя в студентській молоді // Педагогіка. Наукові праці. 2013. Вип. 146, Том 158. С. 42-46.
3. Лелека В. М. Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійна підготовка студентів. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2014. Вип.118(2). С. 138-140.
4. Теорія та методика фізичного виховання / Під ред. Т. Ю. Круцевич. Т.2. Київ : Олімпійська література, 2003. 391 с.

Кучеренко Г. В., Попович С. В.

### ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НА КУЛЬТУРНЕ І СОЦІАЛЬНЕ ЖИТТЯ

**Постановка проблеми.** Актуальність питання «спорт – явище культурного життя» обумовлена тим, що у час життєво необхідний розгляд діяльності як носія конкретних етнокультурних, етнопсихологічних традицій. Заняття спортом – змагання, конкуренція, прагнення до максимальних результатів, постійне зростання вимог до фізичних можливостей, моральних та морально-вольових якостей людини дає можливість людині адаптуватися до складних життєвих умов. Безперечно, спорт – явище культурного життя. У ньому людина прагне розширити межі своїх можливостей, це величезний світ емоцій, що породжуються успіхами та невдачами. Спорт – це власне змагальна діяльність та спеціальна підготовка до неї. Він живе за певними правилами та нормами поведінки. У ньому яскраво проявляється прагнення перемоги, досягненню високих результатів, потребують мобілізації фізичних, психічних і моральних якостей людини. Тому часто говорять про спортивний характер людей, які успішно виявляють себе у змаганнях. Здоровий спосіб життя має широкий позитивний спектр впливу на різні сторони проявів організму та особистості людини. У поведінці це проявляється у більшій життєвій енергії, зібраності, добрій комунікабельності; відчуття своєї фізичної та психоемоційної привабливості, оптимістичному настрої, вмінні забезпечити свій повноцінний та приємний відпочинок, цілісну культуру життєдіяльності [1].