

**ФІЗІЧНАЕ Выхаванне ў вышэйшых
навучальных установах
(на прыкладзе вышэйшай школы ЗША)**

На мяжы апошніх дзесяцігоддзяў вышэйшая адукацыя набыла асаблівае значэнне ў ЗША і іншых прамыслова-развітых краінах, аказваючы сур'ёзны ўплыў на эканамічнае развіццё дзяржавы і ўзровень жыцця яго грамадзян. Нягледзячы на ўсе адрозненні паміж Амерыкай і РБ, аналіз асноўных напрамкаў удасканалення сістэмы вышэйшай адукацыі Злучаных Штатаў надзвычай актуальны і для беларускай рэчаіснасці.

Вялікая колькасць даследаванняў, прысвечаных праблемам арганізацыі фізічнага выхавання ў вышэйшых навучальных установах, паказвае на неабходнасць пошуку новых тэхналогій, якія будуць спрыяць жаданню навучэнца мець высокі ўзровень здароўя. Гэта залежыць ад развіцця асабістай матывацыі, спецыяльных ведаў і паводзін, а таксама з'яўляецца вынікам сумеснай працы выкладчыка і навучэнца. Ва ўмовах вышэйшай навучнай установы важна якасць фізічнага выхавання, у прыватнасці, аздаўленчай накіраванасці, паколькі будучы выпускнік павінен быць высокаадукаваным спецыялістам з адпаведным узроўнем фізічнай падрыхтоўкі.

У апошні час навучальны працэс у вышэйшых навучальных установах перажывае значныя змены. У прыватнасці, скарачаецца колькасць гадзін аўдыторнай нагрузкі выкладчыкаў і колькасць прадметаў для студэнтаў, змяняецца пералік спецыяльнасцяў. У выніку фізічнае выхаванне перастала быць важным напрамкам у адукацыі ў шэрагу ўніверсітэтаў [1]. У той жа час у нашай краіне ствараецца прынцыпова новы напрамак па ўдасканаленні масавага фізічнага выхавання дзяцей, падлеткаў і моладзі, якое значна павышае якасць і эфектыўнасць педагагічных тэхналогій у культуралагічнай сферы фізічнага і духоўна-маральнага выхавання падрастаючага пакалення. Гэты кірунак можна назваць спартыўна-арыентаваным фізічным выхаваннем. Яго сутнасць заключаецца ў пераўтварэнні элементаў спартыўнай культуры ў фізічную. Для студэнтаў фізічная актыўнасць і спорт, якія здымаюць ператамленне, якія павышаюць працаздольнасць, з'яўляюцца важным умовай нармальнага духоўнага і фізічнага развіцця.

У вышэйшых навучальных установах Фізічная культура прадстаўлена як абавязковая дысцыпліна і значны кампанент цэлас-

нага развіцця асобы. Працэс навучання ў ВНУ арганізаваны ў залежнасці ад стану здароўя студэнтаў. Такім чынам, фізічная культура і спорт – гэта асаблівы від культурнай дзейнасці, накіраваны на захаванне і ўмацаванне здароўя людзей, вынікі якога карысныя для грамадства і асобы. Адным з найважнейшых паказчыкаў стану фізічнай культуры і спорту ў грамадстве з'яўляецца ступень выкарыстання фізічнай культуры ў сістэме вышэйшай адукацыі. Для падтрымання эфектыўнага функцыянавання ўсёй сістэмы фізічнага выхавання ў існуючых умовах вывучэнне замежнага вопыту мае вялікае значэнне. ЗША з'яўляецца флагманам ў гэтай галіне, таму мэтазгодна прааналізаваць і абагульніць асаблівасці і сучасныя тэндэнцыі развіцця фізічнага выхавання ў сферы адукацыі ў гэтай краіне.

Сістэма адукацыі ў Злучаных Штатах Амерыкі неадназначная. Існуе досыць вялікая колькасць прыватных навучальных устаноў, вышэйшых у тым ліку, навучанне ў якіх даступна толькі вельмі багатым людзям або тым, хто атрымае грант або поўнае забеспячэнне навучання ў канкрэтным ВНУ за паспяховасць навучання ў сярэдняй школе і за дадатковыя поспехі ў галіне спорту, мастацкага і навуковай творчасці, за іншыя дасягненні асобаснага ўласцівасці. Гэта такія універсітэты як Прынстанскі, Ельскі, Гарвардскі, універсітэт у Джорджтаўне (Вашынгтон) і іншыя. Але нават у Гарвардскім універсітэце трэба правучыцца не тры гады, а пяць, каб атрымаць дастатковую кваліфікацыю для паспяховай пасляўніверсітэцкай працоўнай або адукацыйнай дзейнасці [2].

Амерыканскія эксперты лічаць рухальную актыўнасць прыярытэтам для развіцця чалавека, інструментам працэсу сацыяльнай адаптацыі. На іх думку, фізічнае выхаванне дазваляе студэнтам ўзяць на сябе адказнасць за сваё здароўе, падтрымліваць і ўмацоўваць яго, кантраляваць сваю псіхаэмацыйную сферу і адэкватна паводзіць сябе ў грамадстве. У вышэйшых навучальных установах ЗША ў штатах існуе пастаянны цікавасць да праграм фізічнага выхавання: прыкладна ў 60% прафесійных навучальных устаноў гэтыя праграмы з'яўляюцца абавязковымі, а прыкладна ў 30% – арганізавана-факультатыўнымі [3].

Праграмы па фізічным выхаванні ў Злучаных Штатах ўключаюць у сябе такія ключавыя паняцці, як навучанне рухам, ўсведамленне магчымасцяў свайго цела, пачуццё прасторы, часу, сілы, узаемаадносіны з навакольным асяроддзем. Мэтавыя ўстаноўкі фізічнага выхавання прадугледжваюць, што фізічна сфармаваны навучэнец валодае неабходнымі рухальнымі навыкамі і ўменнямі, упэўнена і правільна выконвае практыкаванні, выкарыстоўваючы розныя формы

фізичнай актыўнасці і аздараўлення, разумее перавагі спалучэння і дапаўнення здароўя і добрага самаадчування[4].

Сёння фізічнае выхаванне ў сферы вышэйшай адукацыі ў ЗША – гэта не толькі акадэмічная, але і навуковая дысцыпліна. На факультэтах і кафедрах фізічнага выхавання разам з праграмамі павышэння кваліфікацыі выкладчыкаў існуюць таксама навукова-арыентаваныя праграмы, магістарскія курсы, а ў некаторых выпадках і доктарскія [5]. Дзейнасць гэтых факультэтаў і кафедраў усё больш арыентавана на навуковыя даследаванні. За апошнія чатыры дзесяцігоддзі была створана і атрымала развіццё група навуковых і акадэмічных дысцыплін, такіх як фізіялогія фізічных практыкаванняў, біямеханіка, рухальная трэніроўка. Такім чынам, спецыялісты па фізіялогіі ў галіне фізічнага выхавання пашырылі сферу прымянення, іх інтарэсы вар'іруюцца ад традыцыйнай фізіялогіі фізічных практыкаванняў да біямеханічных даследаванняў. Сёння фізіялогія фізічных практыкаванняў стала адной з галоўных дысцыплін фізічнага выхавання.

Такім чынам, у працэсе мадэрнізацыі сістэмы фізічнага выхавання ў вышэйшых навучальных установах можна абапірацца на вопыт краін, у якіх фізічнае выхаванне не з'яўляецца абавязковым прадметам у вышэйшых навучальных установах. Мэтазгодна развіваць фізічнае выхаванне ў ВНУ не шляхам прымусу, а шляхам прываблівання студэнтаў да здаровага ладу жыцця.

ЛІТАРАТУРА

1. Бернштейн, Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н. А. Бернштейн. – М.: Медицина. – 1996. – 166 с.
2. Коваль, Ж. Э. Политика администрации Б. Обамы в области высшего образования / Ж. Э. Коваль // Вести БГПУ. – 2014. – № 4. – С.71–75.
3. Жигарёва, О. Г. Педагогические пути повышения эффективности физической подготовки студентов вузов гуманитарного профиля: автореф. дис. ... канд. пед. наук. / О. Г. Жигарёва. – М., 2006. – 23 с.
4. Костюнина, Л. И. Физиологическое обоснование единства интеллектуальной и двигательной деятельности / Л. И. Костюнина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2012. – № 2 (23). – С. 56–61.
5. Жигарёва, О. Г. Физическая культура и физическое воспитание в вузе. Международный опыт / О. Г. Жигарёва // Экономические и социально-гуманитарные исследования. – 2017. – № 4 (16). – С. 97–101.