

УДК 37.037

*Олег Гребік,
Сергій Савчук*

Формування стійкого інтересу студентів I курсу ЛДТУ до занять із фізичного виховання та спорту

Луцький державний технічний університет (м. Луцьк)

Постановка проблеми. Питання збереження та зміцнення здоров'я студентів є важливою культурно-освітньою, економічною і соціально-політичною проблемою.

Соціальні зміни, які відбулися в нашій країні протягом останнього десятиріччя (нестабільність соціально-економічного стану, активні політичні процеси, загострення екологічних проблем), призвели до суттєвих змін не тільки соціально-економічних умов життя сучасної молоді, а й психології, морально-життєвих настанов, переоцінки цінностей тощо [3; 7].

У сучасних умовах на організм людини постійно посилюється вплив навколишнього середовища з його негативними соціально-психологічними, генетичними й екологічними чинниками. Для того щоб протидіяти цим факторам, необхідно постійно підвищувати адаптаційний потенціал кожного індивідуума, покращувати рівень його функціональних резервів, які визначають стан соматичного здоров'я.

Здоров'я не є постійною величиною, це стан організму людини, який динамічно змінюється не тільки під впливом навколишнього середовища, а й залежить від його способу життя і поведінки [3; 7; 9].

Як показують наукові дослідження [1; 4; 10], здоров'ям можна і треба управляти шляхом організації і реалізації впливів, які спрямовані на збереження та зміцнення здоров'я. Сьогодні характеризується посиленням уваги до фізичної культури як засобу формування здоров'я.

Погіршення якості фізичного виховання молоді внаслідок низького фінансування освітніх закладів, негативні зміни в розвитку молодіжної субкультури й організації дозвілля значно знизили рейтинг фізкультурно-спортивної діяльності, її оздоровчого впливу, фізичної культури як елементу загальної культури, посилили суперечності між реальним ставленням студентської молоді до активних занять фізичною культурою і спортом як засобом збереження та зміцнення здоров'я [1; 2; 4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Відповідно до Цільової комплексної програми "Фізичне виховання – здоров'я нації", Закону України "Про фізичну культуру і спорт" фізичне виховання у ВНЗ – це єдина дисципліна, яка передбачає залучення студентів до занять фізичною культурою та спортом і є ефективним засобом впливу на стан здоров'я та формування потреби у здоровому способі життя [5; 6].

Сучасні вимоги, зокрема кредитно-модульна система викладання дисципліни "Фізичне виховання", мають стати вагомим засобом індивідуалізації та ефективності навчального процесу [6; 7; 8].

Ефективність фізичного виховання студентської молоді значною мірою залежить від інформованості студентів з питань позитивного впливу фізичних вправ на організм та методики управління функціональним станом власного організму, мотивації до занять фізичною культурою.

Мета дослідження – визначення інтересу студентів I курсу ЛДТУ до сучасних занять з фізичного виховання та спорту.

Організація дослідження. Дослідження стосувалися питань співвідношення загальної і фізичної культури, життєвих організацій у питаннях здорового способу життя, засобів підтримання фізичного стану.

Дослідження проводилися в ЛДТУ, опитано 200 студентів I курсу (юнаки, дівчата). Використано методику анонімного анкетування за спеціально розробленими анкетами, у процесі розробки змісту яких застосовувались методологічні підходи інших авторів [2; 7].

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз отриманих даних свідчить, що 43,6 % студентів мають середній рівень інтересу до занять фізичним вихованням, 36,3 % – високий, 10 % – дуже високий. Але у 4,5 % студентів інтерес до занять відсутній, а у 6 % – негативне ставлення до занять з фізичного виховання.

Низький інтерес до фізичного виховання, на нашу думку, пояснюється недостатнім матеріально-технічним забезпеченням, недоліками організації фізичної культури в школі та ВНЗ, а отже й невисоким рівнем спеціальних фізкультурних знань і умінь.

Більшість студентів (47,2 %) вважають, що фізичний стан не впливає на загальну культуру людини, і лише 30,9 % говорять про взаємозв'язок особистої культури з фізичною. Здоровий спосіб життя веде 45,4 % респондентів, нездоровий – 18,2 %, утруднилися відповісти – 36,4 %.

Переважну більшість студентів (65,5 %) не хвилює оцінка їхнього фізичного стану з боку оточення, 13,6 % звертають на це увагу і лише 20,9 % дуже хвилює оцінка інших.

Крім цього, 30 % опитаних воліють жити для свого задоволення, робити те, чого хочеться, навіть якщо це може зашкодити здоров'ю та працездатності, а 31,8 % – підпорядковують свої звички інтересам здоров'я, всі інші вибирають компромісні рішення.

Основною метою відвідування занять з фізичного виховання та спортивних секцій є зміцнення здоров'я – 49 %, підвищення фізичного розвитку і фізичної підготовленості – 28,2 %, формування умінь і навичок – 28,1 %, для виконання навчального плану та отримання заліку – 10 %. Кредитно-модульна система оцінювання знань, умінь та навичок дає змогу студенту спрогнозувати кінцевий результат і має більш індивідуальний характер, про що свідчить опитування, 78 % ставляться до неї позитивно, 22 % – негативно.

Висновки. Узагальнюючи результати опитування, можна зазначити, що фізичне виховання як засіб підтримання та покращення здоров'я не займає належного місця серед цінностей юнаків та дівчат і свідчить про необхідність корекції освітньо-методичної спрямованості навчального процесу з фізичного виховання у ВНЗ технічного профілю, формування стійкого інтересу до систематичних занять фізичною культурою та спортом.

Література

1. Євстратов П. І., Савка В. Г. Рівень фізичного здоров'я в залежності від рухової активності студентів // Буков. наук. спорт. вісн.– 2005.– Вип. 2.– С. 208–211.
2. Захожий В. Ставлення юнаків 16–17 років до фізичного виховання та спорту // Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. в галузі фіз. культури та спорту.– Вип. 12, Т. 2.– Л., 2007.– С. 61–64.
3. Іванова А. Є. Оптимізація фізкультурно-оздоровчої роботи в ВНЗ шляхом валеологічної освіти студентів": Автореф. дис. ... канд. наук. з фіз. вих. та спорту: 24.00.02 // Волин. держ. ун-т ім. Лесі Українки.– Луцьк, 2000.– С. 21.
4. Круцевич Т. Ю. Сучасні підходи до формувань фізкультурною занять у студентів вузів // Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. "Фізкультурна освіта: шляхи і напрямки її розвитку в сучасних умовах".– К., 1996.– С. 38–42.
5. Магльований А. В. Закономірності взаємозв'язку розумової і фізичної працездатності студентів і методи оптимізуючого управління ними засобами фізичного виховання і спорту: Автореф. дис. ... д-ра біол. наук: 05.13.09. Ін-т кібернетики ім. В. М. Глушкова.– К., 1998.– 36 с.
6. Магльований А. В., Ойнічук В. Г. Законодавча та програмно-нормативна база як фактор розвитку фізичного виховання і спорту в системі вищих навчальних закладів освіти // Концепція розвитку галузі фіз. виховання і спорту в Україні: Зб. наук. пр.– Рівне: Принт-пауз, 2001.– Вип. 2.– С. 289–291.
7. Лисицын Ю. П. Влияние образа жизни факторов риска на здоровье // Превентивная кардиология: Руководство / Под ред. Г. И. Косицкого.– М.: Медицина, 1987.– С. 53–67.
8. Лотопенко А. В. Приоритетные направления в решении проблем физической культуры молодежи // Теория и практика физ. культуры.– 1998.– № 6.– С. 21–24.
9. Поташнюк Р. З., Панасюк В. Ю. та ін. Соціально-гігієнічні дослідження здоров'я студентської молоді // Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні: Матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф.– К.; Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 1996.– С. 247–250.
10. Сіренко Р. Фізичне виховання як навчальна дисципліна, що формує знання про здоровий спосіб життя // Проблеми формування здорового способу життя: Всеукр. наук.-практ. конф.– Л.: Вид. центр ЛНУ ім. Івана Франка, 2007.– С. 3–6.

Анотації

У статті проаналізовано інтерес студентів I курсу до фізичного виховання, їх ставлення до здорового способу життя, зміцнення здоров'я, формування потреб і мотивів, регулярних занять фізичною культурою.

Ключові слова: фізичне виховання, інтерес, мотивація, здоровий спосіб життя, студенти.

В статті показан інтерес студентів I курсу к физическому воспитанию, их отношение к здоровому образу жизни, укреплению здоровья, формированию потребностей и мотивов к регулярным занятиям физической культурой.

Ключевые слова: *физическое воспитание, интерес, мотивация, здоровый образ жизни, студенты.*

This article deals with first year students interest in physical training, their attitude toward the healthy way of life, strengthening of health, formings heir nuds and motives, regular physical training

Key words: *physical training, interest, motivation, healthy way of life, students.*