

Інтерес студенток вищих навчальних закладів до фізичного виховання*Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)*

Постановка наукової проблеми та її значення. В умовах еколого-економічної кризи та інших негативних факторів значно погіршився загальний стан здоров'я студентської молоді. На фоні збільшення розумово-інтелектуального навантаження на студентів ці негативні чинники не мають достатньої протидії у формі тих фізіологічних впливів, які можуть і повинні забезпечувати збереження та нарощування резервів здоров'я. У цьому випадку засобом поліпшення фізичного стану студентів є рухова активність, яка значною мірою сприяє ліквідації недоліків у фізичному розвитку, відновленні та зміцненні здоров'я і є могутнім джерелом підвищення фізичної й розумової працездатності [1].

Конкурентоспроможність спеціаліста, на думку багатьох дослідників, асоціюється з успіхом як у професійній, так і в особистісній сферах, де головною умовою успішної діяльності є впевненість у своїх силах. Майбутній фахівець повинен бути не лише різнобічно освіченим, а й духовно багатим, фізично міцним і загартованим. Тому фізичне виховання у вищому навчальному закладі є важливим засобом розвитку й відновлення фізичних та духовних сил, реабілітації й корекції здоров'я, виховання позитивних, моральних і вольових якостей. Пошук нових та ефективних засобів, методів і форм організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах виконано в багатьох наукових виданнях. Але не лише з наукових досліджень, а й із практики, роками, займаючись зі студентами фізичним вихованням, ми бачимо, на жаль, невтішну картину – збільшення кількості студентів із різними захворюваннями, віднесених до спеціальних медичних груп або звільнених від занять, зниження рівня їхньої фізичної підготовленості, рухової активності [4]. Особливу тривогу викликає несформованість у молоді інтересу до фізичної культури, недостатність знань, переконань у необхідності додержання здорового способу життя.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Сучасна стратегія оздоровлення нації заснована на тому, що, замість пасивного прийняття заходів, що проводять органи охорони здоров'я, формується індивідуальна активність самого населення, спрямована на турботу про своє здоров'я, фізичне вдосконалення, оздоровлення середовища проживання, усього способу життя, викорінення шкідливих і введення корисних звичок. Фізична культура як елемент культури особистості, потужна передумова здорового способу життя значно впливає не лише на підвищення фізичної підготовленості, покращення здоров'я, а й на поведінку людини в побуті та під час навчання [3; 5].

І. І. Заплішний [2], Ю. М. Шкреттій [6] відзначають, що несформованість у студентів стійкої мотивації на тривале, здорове життя, відсутність спеціальних знань, переконань у необхідності додержання здорового способу життя, нездатність обмежити вплив руйнівних чинників, що призводять до втрати здоров'я, викликають тривогу.

Ефективність навчально-виховного процесу з фізичного виховання студентів залежить, передусім, від їхньої активності, бажання займатися тими вправами, які до вподоби, за допомогою яких вони можуть поліпшити свій фізичний розвиток, фізичну підготовленість і зміцнити здоров'я.

Мета статті – визначення в студенток 1–4 курсів інтересу до фізичного виховання. Для досягнення цього протягом 2014/2015 навчального року проведено дослідження, у якому брали участь 217 студенток 1–4 курсів Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Найважливіша проблема побудови фізичного виховання у вищих навчальних закладах – сформулювати зацікавлене ставлення студентів до предмета, спонукати їх до формування власного здоров'я в найширшому сенсі цього поняття, ведення здорового способу життя.

За результатами анкетування студенток 1–4 курсів (табл. 1) виявлено, що високий рівень інтересу до фізичної культури мають 10,6 % студенток першого, 2,9 % – другого, 16,7 % – третього, 8,5 % – четвертого курсів. Вищий від середнього рівень інтересу мають 25,5–36,2 % респондентів. Найбільше дівчат відносять себе до групи із середнім рівнем інтересу – 40,7–58 %.

Інтерес студенток університету до фізичного виховання, %

Рівень інтересу	Курс навчання			
	1	2	3	4
Великий	10,6	2,9	16,7	8,5
Вищий від середнього	36,2	27,5	29,6	25,5
Середній	51	58	40,7	42,5
Нижчий від середнього	0	4,3	3,7	4,2
Низький	6,4	10,1	3,7	8,5
Інтерес відсутній	0	0	1,8	8,5
Ставлюся негативно	0	0	0	2,1

Проаналізувавши статистику, відзначимо, що на 3–4 курсах простежено тенденцію до зниження інтересу в студенток і появу таких, у яких він відсутній узагалі або бачимо негативне ставлення до фізичного виховання. Це найбільше повинно занепокоїти фахівців цієї галузі, зокрема викладачів університету.

Низький інтерес студентів до фізичної культури та спорту, на нашу думку, пояснюється недостатнім рівнем їхньої фізкультурної освіченості, слабким організаційно-методичним й матеріально-технічним забезпеченням, недооцінкою викладачами важливості цього напрямку роботи.

На запитання «Чи подобається Вам займатися фізичною культурою?» отримано такі відповіді (табл. 2): 44,7 % студенток 1-го курсу з великим бажанням ідуть на заняття з фізичного виховання й 26; 35,1; 19,1 % – відповідно, 2–4 курсів. Значна частина дівчат відвідує заняття без особливого бажання (34,6 до 50,7 %); важко відповісти в середньому 19 % респондентів.

Таблиця 2

Ставлення студенток університету до занять із фізичного виховання, %

Показник	Курс навчання			
	1	2	3	4
Із великим бажанням іду на заняття з фізичного виховання	44,7	26	35,1	19,1
Іду на заняття з фізичного виховання без особливого бажання	36,2	50,7	37	42,5
Іду на заняття з фізичного виховання без бажання	2,1	8,7	7,4	8,5
Важко відповісти	17	14,5	18,5	27,6

Так вважають, відповідно, 25,5 та 40,4 % студенток першого року навчання в університеті, 26 і 20,3 % – другого, 16,7 % – третього, 27 % та 6,4 % – четвертого. На третьому рейтинговому місці перебуває стан здоров'я, який не дає змоги 23,4 % студенткам 1-го, 26 % – 2-го, 16,7 % – 3-го й 14,9 % – 4-го курсів регулярно виконувати фізичні вправи. Таку причину, як нестача часу, назвали 35,2 % трьохкурсниць і 29,8 % четвертокурсниць. А на першому та другому курсах жодного респондента з такими відповідями виявлено не було. Якщо проаналізувати динаміку цих показників, то ми побачимо, що відвідуваність занять із фізичного виховання погіршується з кожним курсом. Якщо практично не пропускають заняття на першому курсі 81 % студенток, то на четвертому цей показник становить лише 42,5 %. Значна частина студентів відвідує заняття з фізичного виховання без особливого бажання. Протягом навчання, як не дивно, частота пропусків зменшується.

У своєму дослідженні ми проаналізували те, чи відвідували студентки раніше спортивні секції (рис. 1). Виявилось, що 40,4 % студенток першого, 43,5 % – другого, 27,8 % – третього й 42,5 % – четвертого курсів відвідували ту чи іншу спортивну секцію й мають такий досвід. Потрібно відзначити, що більшість опитаних такого досвіду, на жаль, не має.

Чи займалися студентки в спортивних секціях?

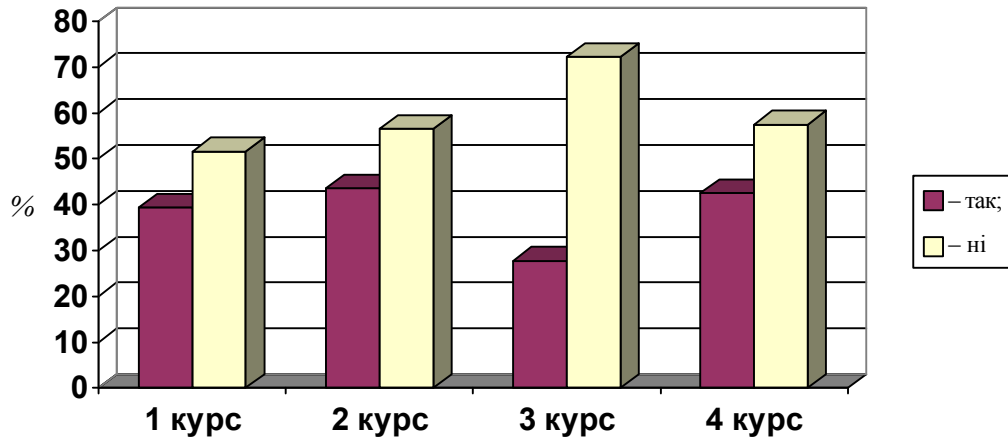


Рис. 1. Опитування студенток про заняття в спортивних секціях

Наступне наше завдання – з’ясувати, чи хотіли б студентки університету в подальшому відвідувати спортивні секції (рис. 2). Із рисунка бачимо, що 50,7–53,2 % студентів бажає надалі виконувати фізичні вправи, відвідуючи спортивну секцію чи оздоровчий центр.

Чи хотіли б студентки надалі займатись у спортивних секціях?

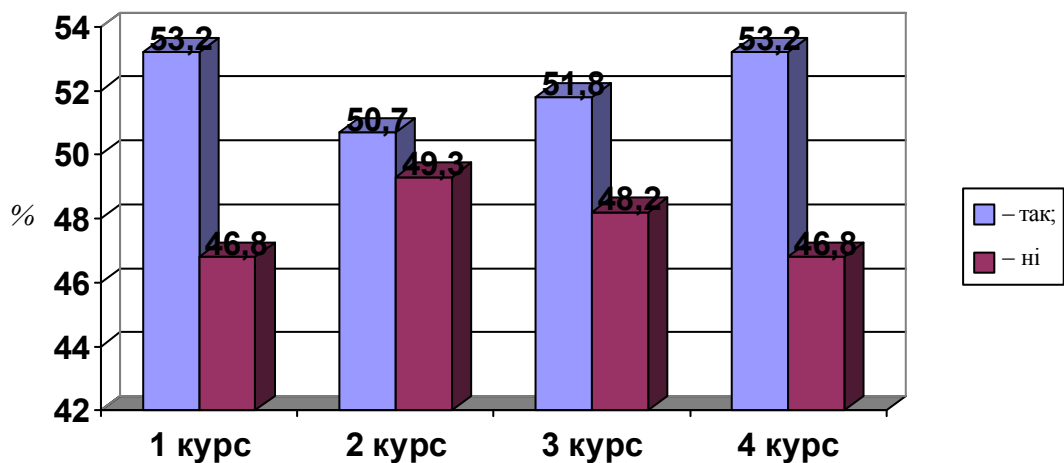


Рис. 2. Чи хотіли б студентки надалі відвідувати спортивні секції?

Отже, зважаючи на вищеподаний матеріал, можна зробити висновок, що більше половини студенток нерегулярно й мало займаються фізичною культурою та спортом. Низький інтерес досліджуваних до фізичної культури й спорту, на нашу думку, пояснюється недостатнім рівнем їхньої фізкультурної освіченості, слабким організаційно-методичним і матеріально-технічним забезпеченням у контексті навчання здоров’язберігальних технологій, недооцінкою викладачами важливості цього напрямку роботи.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Результати дослідження засвідчують, що рівень інтересу до фізичної культури в студенток університету відповідає середньому показнику. Під час навчання простежено тенденцію до зниження інтересу в молоді й появу таких, у яких він відсутній узагалі. Отримання високих оцінок – один із головних мотивів у студенток до занять із фізичного виховання в університеті. Більшість досліджуваних обмежують свою рухову активність лише обов’язковими навчальними заняттями з фізичного виховання.

Подальшу роботу буде спрямовано на розробку програм для покращення фізичного стану студентів та зміцнення їхнього здоров’я.

Джерела та література

1. Гусева Н. Л. Оптимизация двигательной активности студентов с использованием различных форм физкультурно-спортивной деятельности / Н. Л. Гусева // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 7. – С. 7–8.
2. Заплішний І. І. Шляхи оптимізації формування у студентів здорового способу життя засобами фізичного виховання / І. І. Заплішний, Ф. С. Сипченко, М. П. Бойко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – Вип. 44. – Серія : Педагогічні науки, фізичне виховання та спорт : зб. наук. пр. – Чернігів : ЧДПУ, 2007. – С.180–183.
3. Земська Н. Характеристика рухової активності студентської молоді / Надія Земська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2012. – № 3 (19). – С. 211–215.
4. Канишевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства / С. М. Канишевський. – К. : ІЗМН, 1999. – 270 с.
5. Краснобаєва Т. Принципи й структура навчально-виховного процесу з фізичного виховання за спеціалізаціями на неспеціальних факультетах / Т. Краснобаєва, М. Галайдок // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк : Волин. обл. друк., 2005. – Т. 1. – С. 259–262.
6. Шкреттій Ю. М. Перспективи удосконалення діючої в Україні системи фізичної культури і спорту / Ю. М. Шкреттій // Реалізація здорового способу життя: сучасні підходи. – Дрогобич : Коло, 2007. – С. 551–557.

Анотації

Загальновідомо, що пріоритети особистості в суспільстві декларуються не лише її правами, а й конкретними державними реформами, спрямованими на задоволення потреб та інтересів людини. Головна мета реформ системи фізичного виховання – покращення здоров'я людини з урахуванням її потреб, мотивів діяльності, інтересів. Особливий інтерес на сьогодні викликає проблема всебічної підготовки студентської молоді. Сьогодні перед студентами ВНЗ України стоять глобальні завдання: інтеграція в європейський процес освіти, підвищення культурного рівня до світових стандартів. Реалізація таких завдань під силу лише фахівцям нової формації, які мають великий потенціал як особистісних якостей, так і фізичних здібностей. Тому основну увагу фахівців фізичної культури й спорту спрямовано на оптимізацію навчально-виховного процесу. У зв'язку з цим зрозуміле прагнення оцінити рівень інтересів студенток до фізичного виховання.

Ключові слова: вищий навчальний заклад, студенти, фізичне виховання, інтерес, формування, навчання, діяльність.

Елена Ицук, Ольга Иванюк, Андрей Гаврилюк, Александр Панасюк. Интерес студенток высших учебных заведений к физическому воспитанию. Общеизвестно, что приоритеты личности в обществе декларируются не только ее правами, но и конкретными государственными реформами, направленными на удовлетворение потребностей и интересов человека. Главной целью реформ системы физического воспитания должно быть улучшение здоровья человека с учетом его потребностей, мотивов деятельности, интересов. Особенный интерес сегодня представляет проблема всесторонней подготовки студенческой молодежи. Перед студентами высших учебных заведений Украины стоят глобальные задания: интеграция в европейский процесс образования, повышение культурного уровня к мировым стандартам. Реализация таких заданий по силам лишь специалистам новой формации, которые имеют большой потенциал как личностных качеств, так и физических способностей. Поэтому основное внимание специалистов физической культуры и спорта направлено на оптимизацию учебно-воспитательного процесса. В связи с этим понятно стремление оценить уровень интересов студенток к физическому воспитанию.

Ключевые слова: высшее учебное заведение, студентки, физическое воспитание, интерес, формирование, учеба, деятельность.

Olena Ishchuk, Olga Ivaniuk, Andriy Havryliuk, Oleksandr Panasiuk. Interest of Students of Higher Educational Establishments to Physical Education. It is generally known that priorities of a personality in the society are declared not only by its rights, but also by specific state reforms aimed at satisfaction of necessities and interests of a person. The primary objective of reforms of the system of physical education must be improvement of health of a person taking into account his necessities, motives of activity, interests. The special interest on this time presents the problem of comprehensive preparation of student youth. Today students of higher educational establishments of Ukraine face global tasks as integration into the European process of education, increase of the cultural level to the world standards. These tasks may be realized only by the specialists of a new formation who have large potential of both personal qualities and physical capabilities. Therefore basic attention of specialists of physical culture and sport is directed on optimization of the educational process. Due to this we may explain a aspiration to estimate the level of interests of students to physical education.

Key words: higher educational establishment, students, physical education, interest, formation, studies, activity.