

- Університету ім. В.Н. Каразіна. – Х., 2006. – № 747. Вип. 3: Валеологічні аспекти виховання. – С. 29–32.
- Литвинова С.Г. Шляхи формування інформаційно-комунікаційної компетентності вчителів предметників // Комп'ютер у школі та сім'ї. – 2008. – № 2. – С. 8.
 - Тархан Л. Компетентное обновление обучения будущего инженера-педагога // Освітнянські обрії: реалії та перспективи. Збірник наукових праць / Н.Г. Тверезовська (голова) та ін. – К.: ПТТО, 2007. – № 1 (1). – С. 343–348.
 - Тхоржевський Д. Про розробку державного стандарту освіти // Трудова підготовка в закладах освіти. – 1998. – № 3 (10). – С. 2–4.
 - Тхоржевський Д. Про ступеневу підготовку вчителя трудового навчання / Д. Тхоржевський // Трудова підготовка в закладах освіти. – 1998. – № 2 (8). – С. 2–5.
 - Хафизуллина И.Н. Ормирование инклюзивной компетентности будущих учителей в процессе профессиональной подготовки : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 "Теория и методика профессионального обучения" / И.Н. Хафизуллина. – Астрахань, 2008. – 22 с.

*Ю.В.Суббота,
доцент Криворожского
экономического института
Киевского национального
экономического
университета*

ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ ПОТРЕБНОСТИ В РЕГУЛЯРНЫХ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

У статті подано теоретичний аналіз проблеми формування в студентів вищих навчальних закладів потреби в регулярних заняттях фізичною культурою; представлені результати власного соціологічного дослідження; показані основні мотиви формування в студентів потреби в регулярних заняттях фізичною культурою.

Ключові слова: потреби, студенти, фізична культура.

В статье дан теоретический анализ проблемы формирования у студентов высших учебных заведений потребности в регулярных занятиях

физической культурой; представлены результаты собственного социологического исследования; показаны основные мотивы формирования у студентов потребности в регулярных занятиях физической культурой.

Ключевые слова: потребности, студенты, физическая культура.

The article deals with the problem of forming of students of higher educational establishments necessity in regular physical training; to produce the results of own sociological research; to perform the principal motives of forming of students of necessity in regular physical training.

Key words: the necessities, the students, a physical training.

Постановка проблеми. Сучасне студентство є майбутньою елітою нашого суспільства, на яке возкладаються величезні надії в становленні і подальшому розвитку держави. Крім того, сучасні студенти – це майбутні батьки і матері, закладаючі потенціал здоров'я майбутнього покоління. Звідси випливає, що на одне з перших місць в підготовці студентів до майбутньої дорослої життя виступає економія і покращення їхнього стану здоров'я. Загальнопризнаною є те, що серед багатьох факторів, що впливають на економія і збереження здоров'я студентської молоді, є регулярні заняття фізичною культурою.

Разом з тим аналіз літератури свідчить про те, що фізична культура поки не стала потребою номер один в житті сучасного студента. При інтенсифікації навчального процесу в університеті спостерігається тенденція зменшення обсягу рухової активності студентів. За останні кілька років більше, ніж в три рази зросло кількість студентів, які мають відхилення в стані здоров'я [1, с.8]. Більшість студентів не має відповідних мотивів і потреб до занять фізичною культурою, без інтересу відносяться до цього важливого виду діяльності. Викликає занепокоєність і те, що близько 60% випускників університетів через низький рівень здоров'я і фізичної підготовленості не готові працювати з необхідною самоотдачею [8, с. 38].

Аналіз публікацій по досліджуваній проблемі. Проблемі занять фізичною культурою студентів присвячені роботи А.Аркуші, Л.І.Безуглої, О.Благий, А.Б.Дзюбановського, Н.Л.Гусевої, А.Драчук, С.І.Изаак, С.М.Киселевської, С.М.Кирильченко, Г.Лаврина, О.Мищенко, Л.Мосейчук, Т.В.Панасюк, Л.Пилипей, М.І.Сергеева і інших учених. Проблема формування у студентів

высших учебных заведений потребности в регулярных занятиях культурой рассматривается в работах В.М.Баршай, А.М.Гендина, А.М.Кулякова, А.В.Лотоненко, Л.И.Лубышевой и др.

Так, в работе Л.В.Мосейчук, А.Б.Дзюбановского, Б.И.Мельникович представлена попытка теоретически обосновать решение проблемы формирования у студентов вузов стойкой мотивации и привычки к систематическим занятиям физической культурой. О.Благий, Э.Захарина, исходя из проблемы снижения двигательной активности студентов, приводят данные исследования заболеваемости студентов различными болезнями, приводят основные факторы риска развития сердечно-сосудистых заболеваний среди студентов. Н.Л.Гусева приводит данные эмпирического изучения мотивов студентов в отношении физкультурно-спортивной деятельности, указывает на создание условий для занятий физической культурой, приводит организационную модель массовой физкультурно-спортивной деятельности студентов, результаты внедрения данной модели в учебный процесс. А.М.Гендин и М.И.Сергеев выявили мнение студентов о здоровом образе жизни, их отношении к занятиям физической культурой; выделили факторы, более всего характерные для здорового образа жизни студентов; сопоставили мнение студентов о факторах, в значительной мере характеризующих здоровый образ жизни, и факторах, в значительной мере присущих их жизни; привели результаты, показывающие реальное место занятий физической культурой и спортом в жизни студенческой молодежи.

Цель статьи. Провести теоретический анализ проблемы формирования у студентов высших учебных заведений потребности в регулярных занятиях физической культурой; представить результаты собственного социологического исследования; показать основные мотивы формирования у студентов потребности в регулярных занятиях физической культурой.

Изложение основного материала. Прежде чем приступать к изложению основного материала, рассмотрим понятие «потребности». Данное понятие рассматривается разными науками: философией, социологией, психологией. Соответственно, трактовка данного понятия не имеет однозначного толкования. Так, в [6, с.243] говорится, что потребности – это «нужда в чем-либо необходимом для поддержания жизнедеятельности организма, человеческой личности,

соціальної групи, общества в цілому; внутрішній побудитель активності».

В ряду джерел по психології говориться про те, що потреби тісно пов'язані з таким поняттям, як мотиви. Считается, що мотив – це те, що, відбиваючись в голові людини, підбурює до діяльності, направляє її на задоволення певної потреби (А.Н.Леонтьєв) [9, с.146]. В теорії мотивації, розроблюваної в вітчизняній психології, прийнято вважати, що, говорячи про мотиви, слід мати на увазі предметну потребу. Виходячи з цього, автори вважають, що мотив – це «внутрішнє підбурювання особистості до того чи іншого виду активності (діяльність, спілкування, поведінка), пов'язаної з задоволенням певної потреби [9, с. 147].

Як показує аналіз літератури, у більшості сучасних студентів не існує потреби в регулярних заняттях фізичною культурою. Так, М.В.Божик наводить дані про те, що великий обсяг навчальної навантаження негативно впливає на обсяг рухової активності студентів, який призводить до систематичного накопичення втоми. А це, в свою чергу, призводить до погіршення стану здоров'я студентів [2, с.11]. С.М.Киселевська з співавторами стверджує: регулярні заняття фізичною культурою сприяють подоланню екзаменаційних стресів [5, с. 10]. О.В.Мищенко і Р.М.Ситник на основі дослідження дійшли до висновку про те, що низький рівень фізичної підготовленості першокурсників пов'язаний, в першу чергу, з негативною роботою по фізичному вихованню в школі. Отже рівень фізичної підготовленості студентів в цілому є низьким: при п'ятибальній оцінці цей рівень становить 2,23 бала, що дозволяє віднести їх до стану здоров'я до групи ризику [7, с.49]. За даними А.Драчук, регулярно займаються фізичною культурою і спортом всього 14,8% опитаних студентів; 32,2% студентів фізичною культурою займаються, але не регулярно; 66,4% опитаних студентів фізичною культурою і спортом не займаються взагалі [4, с.86]. За результатами дослідження А.М.Гендіна і М.І.Сергєєва заняття фізичною культурою і спортом присущі тільки 28% досліджуваних студентів; регулярна фізична активність – 29% студентів [3, с.17].

Результаты проведенного нами социологического исследования студентов 1-4 курсов Криворожского экономического института Киевского национального экономического университета (опрошено более 400 человек) показывают: регулярно занимаются физической культурой во внеучебное время 21,5% опрошенных студентов: 59,9% занимаются, но делают это нерегулярно; 18,1% студентов физической культурой не занимаются.

Таким образом, по мнению самих студентов, число регулярно занимающихся физической культурой во внеучебное время составляет чуть более пятой части. У остальных студентов занятия носят эпизодический характер, или совсем отсутствуют. Общеизвестно, что только регулярные занятия физической культурой способствуют укреплению здоровья и улучшению физических кондиций. Нерегулярные (эпизодические) занятия не только не оказывают оздоровительного воздействия и укрепления здоровья, но могут наносить вред.

Учитывая то, что учебные занятия физическим воспитанием в вузе не дают полной компенсации недостатка двигательной активности студентов на протяжении суток и недели, а двигательная активность во внеучебное время присуща незначительному числу студентов, можно сделать вывод: уровень двигательной активности большинства юношей и девушек находится на низком уровне.

Чем же руководствуются студенты при занятиях физической культурой во внеучебное время? Каковы мотивы их занятий физической культурой на досуге и в чем выражаются потребности в таких занятиях?

Результаты исследования показывают: основными мотивами, побуждающими студентов заниматься физической культурой, были названы следующие: желание иметь красивую фигуру (отметили 46,1% опрошенных студентов); желание укрепить здоровье (отметили 38,3% студентов); желание повысить уровень физического развития (отметили 30,4% студентов); физическая культура и спорт способствуют повышению работоспособности, улучшению самочувствия и настроения (отметили 24,3% студентов); образ жизни современного человека предполагает занятия физической культурой и спортом (отметили 16,5% студентов).

Интересным является вопрос: каким занятиям во внеучебное время студенты отдают предпочтение? По данным нашего

исследования, на первом месте оказались прогулки на свежем воздухе (отметили 33,3% опрошенных студентов); на втором месте – утренняя зарядка на улице (отметили – 20,3% студентов); на третьем – оздоровительный бег (отметили 16,4% студентов); далее идут плавание (отметили 13,6% студентов); ритмическая, дыхательная и другие виды гимнастик (отметили 11,9% студентов).

Нами была предпринята попытка выявить причины, которые негативно влияют на регулярные занятия физической культурой. По мнению студентов, основными причинами являются: отсутствие времени на эти занятия (отметили 30,5% опрошенных студентов); отсутствие желания заниматься физической культурой (отметили 12,4% студентов); отсутствие условий для занятий (далеко спортзал, стадион, бассейн – отметили 10,2% студентов); «пока мы молоды, нам это ни к чему» (отметили 2,3% студентов).

Интерпретация полученных данных может быть различной, но на наш взгляд, одной из основных причин, отрицательно влияющих на отношение студентов к занятиям физической культурой, является их неумение планировать свою деятельность во внеучебное время. Так, отвечая на вопрос: «Есть ли у Вас режим дня и как Вы его выполняете?» только 13,9% студентов ответили, что режим дня у них есть и он выполняется строго; 47,0% студентов ответили, что режим дня у них есть, но выполняется иногда, от случая к случаю; у 39,1% студентов режима дня нет. Как видим, только каждый седьмой опрошенный студент имеет режим дня и выполняет его; у остальных студентов планирование деятельности во внеучебное время происходит стихийно.

Выводы. Анализ литературы и наше исследование говорят о том, что в настоящее время у большинства студентов вузов не сформирована потребность в регулярных занятиях физической культурой. Это вызвано рядом причин как объективного, так и субъективного характера: отсутствие или недостаток спортивных сооружений (спортзалов, бассейнов, спортивных площадок) по месту жительства; высокая плата за занятия в имеющихся спортивных сооружениях; неумение планировать свою деятельность во внеучебное время (а отсюда – недостаток свободного времени); отсутствие желания заниматься физической культурой и т.п.

Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом у студентов вузов – большая и

сложная проблема. Ее решение возможно при комплексном использовании усилий как преподавателей физического воспитания (создание условий для занятий студентов во внеучебное время, формирование положительных мотивов к занятиям физической культурой, оказание методической помощи в планировании досуга и др.), так и самих студентов.

Список использованных источников

1. Благій О. Аналіз захворюваності студентів гуманітарних ВНЗ / О.Благій, Є.Захаріна // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2006. – №4. – С.9-11.
2. Божик М.В. До проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх вчителів / М.В.Божик // Теорія та методика фізичного виховання. – 2008. – №10. – С.11-13.
3. Гендин А.М. Студенты о здоровом образе жизни: желаемая ситуация и реальная действительность / А.М.Гендин, М.И.Сергеев // Теория и практика физической культуры. – 2007. – №7. – С.15-19.
4. Драчук А. Соціально-психологічний портрет студентів за роки становлення України як самостійної держави / А.Драчук // Теорія та методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – №4. – С.84-86.
5. Киселевська С.М. Фізична активність студентів вищих навчальних закладів (ВНЗ) столиці України як засіб подолання екзаменаційних стресів / С.М.Киселевська, І.М.Россишчук, Ю.В.Човнюк, О.А.Антонюк // Теорія та методика фізичного виховання. – 2008. – №12. – С.10-12.
6. Краткий словарь по социологии / Под общ. ред. Д.М.Гвишиани; Сост. Э.М.Коржева, Н.В.Наумова. – М.: Политиздат, 1989. – 479 с.
7. Міщенко О.В. Визначення рівнів фізичної підготовленості студенток СумДПУ ім. А.С.Макаренка / О.В.Міщенко, Р.М.Ситник // Теорія та методика фізичного виховання. – 2008. – №5. – С.47-49.
8. Огнистий А.В. Самостійна робота як шлях мінімізації аудиторних занять з фізичного виховання у вищому навчальному закладі / А.В.Огнистий, О.В.Бірюков // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – №2. – С.38-42.
9. Реан А.А. Психология и педагогика / А.А.Реан, Н.В.Бордовская, С.И.Розум. – СПб.: Питер, 2001. – 432 с.