

УДК 796.37.037

Пашко П. – ст. гр. МІ-21

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Науковий керівник: доцент Кульчицький З.Й.

Pashko P.

Ternopil Ivan Pul'uj National Technical University

STUDENTS ' ATTITUDE TO PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Supervisor: Kulchytsky Z.

Ключові слова: самостійна робота, культура здоров'я

Keywords: independent work, culture of health

Внаслідок поглиблення соціально-економічної, екологічної та демографічної кризи погіршилось здоров'я і фізична підготовленість студентської молоді. Основними чинниками негативного впливу на фізичний стан студентів є низька мотивація до занять фізичною культурою і спортом (ФКіС), низький рівень рухової активності, відсутність спеціальних знань про засоби підтримання і контролю фізичної підготовленості, здорового способу життя.

Метою роботи є виявлення інтересів студентської молоді до занять фізичною культурою і спортом, як одного з головних аспектів підвищення ефективності процесу фізичного виховання.

Нами було проведено анкетування студентів II курсу денної форми навчання, яких за станом здоров'я віднесено до основної медичної групи.

Абсолютна більшість студентів (Ю – 95,8 %, Д – 93,4 %) вважають, що завдяки заняттям ФКіС можливо покращити свій стан здоров'я, що свідчить про їх високий рівень свідомості.

На „відмінно” оцінюють свій стан здоров'я 41,2 % (Ю) і 27,4 % (Д); на „задовільно” – 48,4 % і 65,6 %; „незадовільно” – 8,3 % і 5,5 %. Відповідно це свідчить про те, що студенти перевищують суб'єктивну самооцінку свого стану здоров'я, тому що згідно результатів наукових досліджень та даними Міністерства охорони здоров'я України майже 90 % молоді мають відхилення в стані здоров'я.

Переважній більшості студентів (Ю – 50,0 %, Д – 67,4 %) подобаються заняття фізичною культурою у *тренажерному залі*. Це пояснюється тим, що вправи з обтяженнями та на тренажерних пристроях дають можливість корекції фізичних вад та значно покращують будову тіла людини. Підтвердженням цього є високий відсоток вибору студентами такого виду рухової діяльності як *атлетизм* (Ю – 31,4%, Д – 34,6%).

Залік з фізичного виховання більш значущим виявився для дівчат (19,7 %), тоді як тільки 7,9 % юнаків відмітили цей чинник як значущий.

В цілому можна стверджувати, що студенти в процесі вибору керуються різноманітними мотивами, серед яких найбільш вагомим є покращення зовнішнього вигляду. Це підтверджується значною кількістю студентів, які вибрали атлетизм та бажають займатися у тренажерному залі.