

УДК 796.37.037

І. Салук, З. Кульчицький

(Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя)

СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

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.

Останнім часом предметом багатьох досліджень є низький рівень здоров'я та недостатня фізична підготовленість студентів. Впровадження принципу диференційованості у поєднанні з принципом індивідуалізації, враховуючи вільний вибір студентами рухової діяльності, дасть можливість значно підвищити ефективність процесу фізичного виховання.

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 I-II курсів денної форми навчання, яких за станом здоров'я віднесено до основної медичної групи.

Абсолютна більшість студентів (юнаки – 97,5 %, дівчата – 96,8 %) 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 42,2 % (юнаки) і 28,9 % (дівчата); на „задовільно” – 48,9 % і 65,8 %; „незадовільно” – 8,9 % і 5,3 %. 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 (юнакам – 45,0 %, дівчатам – 37,4 %) 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. Також, нами помічено великий відсоток юнаків, які бажають займатися футболом, та дівчат - аеробікою (юнаки – 37,4%, дівчата – 34,6%).

Залік з фізичного виховання більш значущим виявився для дівчат (23,7 %), тоді як тільки 8,7 % юнаків відмітили цей чинник як значущий щодо мотивації до занять з фізичного виховання.

В цілому можна стверджувати, що студенти в процесі вибору занять з фізичного виховання за спортивними інтересами 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.

Перспективи подальшого дослідження проблеми вбачаємо в пошуку нових ефективних форм та методів проведення занять, які дозволять підвищити ефективність процесу фізичного виховання.