

ПРОБЛЕМАТИКА НЕГАТИВНОГО СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

Тихонов В.К., Тихонова С.В.

Вінницький національний технічний університет

кафедра фізичного виховання

Однією з актуальних проблем навчально-виховного процесу у вищих закладах освіти (ВЗО) є ступінь утвердження у студентів позитивного ставлення до фізичного виховання та спорту [1]. Заняття фізичними вправами здійснюються під впливом певних стимулів, спонукань, що виступають у ролі рушійних сил навчальної діяльності. Такими спонукальними силами вважають інтереси, переконання, ідеали, ціннісні орієнтації [3]. Загальновідомо, що дві третини всіх неінфекційних захворювань зумовлені чинниками ризику: нездоровими звичками, курінням, зловживанням алкоголем, недостатньою фізичною активністю, негативними психосоціальними чинниками, нераціональним харчуванням і т. п. [2; 4;]. Ці явища сьогодні поширені серед студентської молоді у першу чергу тому, що вони пов'язані з кризовим станом, з умовами життя, мають глибоке соціально-економічне коріння (безробіття, стресові ситуації, різка зміна ціннісних орієнтацій, міграція населення тощо). Тому, досліджуючи питання ставлення і залучення студентів до занять фізичними вправами особливу увагу приділяли ставленню до фізичного виховання і спорту та способу життя молоді. Ці проблеми стали предметом нашого аналізу на етапі експерименту, який перебуває у розробці програми оздоровчого тренування з метою покращення здоров'я студентів.

У сучасному світі багато молодих людей не займаються спортом, ведуть нездоровий спосіб життя, вважають спортивні секції та гуртки марнуванням часу, а фаст-фуд відтіснив на другий план здорове харчування.

Особливу проблему викликає негативне ставлення студентів до занять з фізичної культури та небажання їх відвідувати.

З кожним роком все більше студентів знаходять різні шляхи, що дозволяють не відвідувати заняття з фізичної культури у ВЗО. Основуючись на проблематиці негативного ставлення студентів, можна запропонувати шляхи їх вирішення. Насамперед, необхідно сформувати у них інтерес, мотивацію, і навіть цілеспрямованість у цьому виді діяльності. Це важливо, тому що студенти повинні розуміти, що заняття приносять їм користь і позитивно впливають на їх здоров'я. Далі необхідно підвищити ефективність та відвідування, враховуючи інтереси студентів до того чи іншого виду спорту або іншої фізичної активності (фітнес, аеробіка). Крім того, важливим є індивідуальний підхід до студентів під час занять фізичною культурою. Необхідно давати вибір та враховувати бажання та можливості студентів. І останнє: у розкладі має враховуватися наявність занять фізичною культурою того чи іншого дня, важливо стежити за тим, щоб навантаження було менше, щоб у студентів залишалися сили для фізичного розвитку, більше того, потрібно враховувати переваги студентів у тому, коли їм зручніше відвідувати спортивну секцію.

Виходячи з вищевикладеного можна зробити висновок, що в наш час існує проблема негативного ставлення студентів до фізичної культури та спорту. Вона виникає внаслідок втоми студентів, нестачі часу, відсутності інтересу через те, що під час занять викладач часто ігнорує бажання та здібності студентів. Для вирішення цієї проблеми важливо врахувати безліч факторів, починаючи з внесення змін до розкладу занять і до коригування плану проведення занять для врахування індивідуальних потреб студентів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Благій О.Л. Організаційно-педагогічні умови формування мотивації студентів до рухової активності в процесі фізичного виховання / О. Л. Благій,

Є. А. Захаріна // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – No 4. – С. 92–95.

2. Вінтюк Ю.В. Формування мотивації до здорового способу життя у студентів / Ю.В. Вінтюк // Здоровий спосіб життя: зб. наук. ст.–Львів, 2007.– Вип. 25. – С. 12–16.

3. Гунько П. Ставлення студентської молоді до фізичної культури і спорту / П. Гунько // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичної культури і спорту. – Вип. 8: у 4 т. – Львів, 2004. – Т. 3. – С. 83–86.

4. Земцова В. Цикл «Профілактика шкідливих звичок» як важливий блок у професійній підготовці фахівця зі здорового способу життя / В. Земцова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – No 3. – С. 35–42.