

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Полоцкий государственный университет»

**ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

Электронный сборник материалов
Республиканского научно-практического семинара
(Новополоцк, 24 марта 2017 г.)

Новополоцк
2017

Все права на размножение и распространение в любой форме остаются за УО «Полоцкий государственный университет».

Нелегальное копирование и использование данного продукта запрещены.

Проблемы и перспективы развития физической культуры, спорта и туризма в Республике Беларусь : электрон. сб. материалов Респ. науч.-практ. семинара, Новополоцк, 24 марта 2017 г. / Полоц. гос. ун-т ; отв. за вып.: Е. Н. Борун. – Новополоцк : Полоцкий государственный университет, 2017. – 1 CD-ROM.

211440, ул. Блохина, 29,
г. Новополоцк
Тел.: 59-37-39, 39-40-46
<http://www.psu.by>

Компьютерная верстка: Дарьянова Татьяна Александровна
Программное обеспечение: Мядиль Анна Николаевна
Компьютерный дизайн: Мухоморова Мария Сергеевна

№ госрегистрации 3141711728

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Т.И. Бочек, преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Полоцкого государственного университета

Введение. Период обучения в подростковом и юношеском возрасте совпадает с активным формированием духовных и физических качеств молодых людей. Физическое воспитание - неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса и не может рассматриваться как второстепенный его компонент. Проблема формирования двигательной активности учащихся имеет важное гигиеническое значение, так как в последнее время замечается прогрессирующая гиподинамия, то есть понижение подвижности у молодежи, что обусловлено большим объемом учебных занятий не только в аудиториях, но и дома. В результате этого среди студентов велик процент с неудовлетворительным состоянием здоровья, избыточной массой, предрасположенностью к частым заболеваниям, нарушением осанки и опорно-двигательного аппарата, дефектами зрения и нервно-психическими отклонениями.

В настоящее время обучение в учреждениях высшего образования связано с длительными статическими напряжениями мышц, что в свою очередь негативно сказывается на здоровье студентов, поэтому необходимо активно целенаправленно применять физические упражнения на практических занятиях по физическому воспитанию.

Таким образом, физическое воспитание способствует не только развитию физических качеств студентов и повышению уровня их физической подготовленности, но и является средством самовыражения будущих специалистов, и средством проявления творчества в использовании физических упражнений, направленных на предмет и процесс их профессионального труда[1, 2].

Цель исследования: изучение физического воспитания студенческой молодежи.

Предмет исследования: отношение студенческой молодежи к занятиям по физическому воспитанию.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось осенью 2016г. на базе учреждения образования «Полоцкий государствен-

ный университет». В ходе исследования было проанкетировано 42 студента 2 курса инженерно-технологического факультета. Используются методы анкетирования и выкопировки данных из первичной медицинской документации.

Результаты исследования. До начала практических занятий студенты проходят медицинский осмотр, результаты которого дают характеристику их состояния здоровья и физического развития.

В ходе исследования на основании обязательного ежегодного медицинского осмотра нами было установлено, что 64,3% студентов (27 человек) относятся к основной группе по физическому воспитанию, 14,3% (6 человек) направлены в подготовительную группу, 11,9% (5 человек) относятся к специальной медицинской группе, 9,5% студентов (4 человека) освобождены от занятий по физическому воспитанию. Из этого видно, что достаточно большой процент (35,7%) учащихся нуждается в улучшении своего здоровья.

По итогам анкетирования на вопрос: «Оцените свое состояние здоровья?» большинство анкетированных студентов отмечают состояние своего здоровья, как «хорошее» (52,4%) и «скорее хорошее, чем плохое» (42,6), «скорее плохое, чем хорошее» отметили 5 % респондентов. Никто из опрошенных не затруднился ответить на вопрос и не посчитал состояние своего здоровья «плохим».

На вопрос: «По вашему мнению, есть ли необходимость в укреплении состояния Вашего здоровья?» 33,3% респондентов ответили, что такая «необходимость есть», 28,6% респондентов ответили «скорее да, чем нет», 28,6% респондентов ответили, что «скорее не нуждаются» в укреплении состояния своего здоровья, и 9,5% респондентов об этом еще «не задумывались». Вариант ответа «нет» - отсутствует.

Таким образом, можно сделать вывод, что большой процент респондентов считает состояние своего здоровья хорошим, однако по итогам медицинского осмотра достаточно велик процент студентов, которым нужно улучшить состояние своего здоровья. Также большинство студентов считают необходимым укрепление и поддержку состояния здоровья, а многие даже не задумывались о состоянии своего здоровья. Однако, физическое воспитание они не рассматривают, как одно из общедоступных средств укрепления здоровья.

Так, на вопрос: «По Вашему мнению, необходимо ли проведение физического воспитания в нашем университете?» 23,8% респондентов ответили, что «проведение физического воспитания необходимо, так как это способствует развитию физических качеств», и 23,8% также считают

«физическое воспитание необходимым, так как студентам нужна двигательная нагрузка», 4,8% респондентов считают «проведение физического воспитания пустой тратой времени и не видят в нем необходимости», 47,6% считают, что «физическое воспитание должно проводиться только для желающих или в виде факультативов».

А на вопрос: «Нужно ли по вашему мнению увеличить объем занятий по физическому воспитанию в нашем университете?» большинство анкетированных студентов 95,5% ответили «нет, не нужно»; 4,7% - «да, нужно» и 4,7% затруднились ответить.

Это свидетельствует о низкой мотивации студентов к занятиям по физическому воспитанию и спорту и не осознанностью благоприятного влияния физического воспитания на состояние здоровья человека. Это связано в первую очередь с большими умственными нагрузками в учебных заведениях, а также с переоценкой ценностей и приоритетов современной молодежи. В настоящее время большую часть свободного времени молодежь тратит за гаджетами и в интернете, приобретая зависимость от частого посещения страниц в социальных сетях, онлайн игр, что негативно сказывается не только на их внешнем виде (усталость и покраснение в глазах), но и на психическом и физическом состоянии[3].

В подтверждение этому служат ответы респондентов на вопрос: «Занимаются ли студенты физическими упражнениями вне университета?» так, большинство анкетированных респондентов ответили, что делают обычную физзарядку (33%); 23% респондентов посещают тренажерные залы; 11% - посещают фитнес-центры и 7% - занимаются оздоровительными системами (йога, ушу и т.п.). Четверть опрошенных респондентов (26%) вне университета не занимаются никакими упражнениями.

На вопрос: «Участвовали (-уете) ли вы в спортивных соревнованиях, проводимых в университете?» многие респонденты (66,7%) указали на то, что в спортивных соревнованиях, проводимых университетом, они не участвовали и не участвуют, другая часть респондентов (33,3%) ответили, что участвовали/участвуют в такого рода соревнованиях.

В следующем вопросе студентам предлагалось *оценить условия созданные в вузе для поддержания здорового образа жизни*. Результаты опроса отображены в таблице 1.

Отсюда следует, что учреждение высшего образования обладает необходимой материально-технической базой для проведения занятий по физическому воспитанию. Однако, недостаточное наличие и разнообразие спортивного инвентаря не в полной мере удовлетворяют интересы и потребности студентов, что в свою очередь также влияет на их мотивацию и желание заниматься физической культурой.

Таблица 1. Оценка условий проведения занятий по физическому воспитанию студентами

Условия	Вполне удовлетворительно	Частично удовлетворительно	Неудовлетворительно
Состояние спортивного зала	71,4%	23,6%	5%
Обеспеченность занятий необходимым спортивным оборудованием	28,6%	57,1%	14,3%
Качество проведения занятий по физической культуре и спорту	76,9%	17,6%	5,5%

Выводы. Таким образом, по результатам социологического исследования было выявлено, что большинство студентов оценивают состояние своего здоровья, как хорошее, но при этом указывают на то, что нуждаются в укреплении здоровья. Возможно, такой ответ говорит о осознанности студентов в том, что даже хорошее здоровье необходимо постоянно поддерживать и укреплять. Но, исходя, из результатов исследования было выявлено, что большинство студентов не считают занятия по физическому воспитанию средством укрепления здоровья, так как, по их мнению, такие занятия должны носить факультативный характер. Однако такой перевод занятий приведет к уменьшению числа занимающихся физической культурой, а следовательно, к еще большему ухудшению состояния здоровья студентов.

Так же большинство анкетированных студентов указали на то, что не участвуют в спортивных соревнованиях проводимых университетом, что возможно говорит о недостаточной мотивации студентов.

Таким образом, необходимо больше внимания уделять пропаганде спорта и физической культуры в учреждении высшего образования, в полной мере обеспечивать оснащенность занятий спортивным инвентарем, активно включать студенческую молодежь в процесс физического воспитания и спортивно-массовые мероприятия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ильинич, В. И. Физическая культура студента: Учебник / В.И. Ильинич. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
2. Физическая культура в обеспечении здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://school82.centerstart.ru>. – Дата доступа: 10.10.2016.
3. Кимберли Янг. Диагноз - Интернет-зависимость // журнал: «Мир Internet» № 41 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.iworld.ru>. – Дата доступа : 17.10.2016.