

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ ВУЗА

Ларионова О. В.

старший преподаватель, кафедра физического воспитания и спорта, Саратовский
национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г.

Чернышевского, Россия, Саратов

o_v_larionova@mail.ru

Аннотация: Дефицит двигательной активности – это одна из причин ухудшения состояния здоровья студентов. На формирование у студентов осознанной потребности в двигательной активности влияет качество и эффективность физкультурно-спортивной среды вуза. Изучение отношения студентов к организации физкультурной деятельности в вузе позволит понять актуальные потребности студентов в области физического воспитания и определить мероприятия по совершенствованию урочных и внеурочных форм занятий.

Ключевые слова: Студенты, двигательная активность, физкультурно-оздоровительная среда, потребности, удовлетворенность

THE ATTITUDE OF STUDENTS TO PHYSICAL EDUCATION AS AN INDICATOR OF THE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ENVIRONMENT OF A UNIVERSITY

O. V. Larionova

the senior lecturer, department of physical education and sport, National Research
Saratov State University named after N. G. Chernyshevsky,

Saratov, Russia

o_v_larionova@mail.ru

Abstract: Lack of a motor activity is one of the reasons for the deterioration of students' health. The formation of students' conscious need for physical activity is affected by the quality and efficiency of the university's physical culture and sports environment. The study of the attitude of students to the organization of physical activity in the University will allow to understand the actual needs of students in the field of physical education and to determine measures to improve the regular and extracurricular forms of classes.

Keywords: students, motor activity, fitness environment, needs, satisfaction

Сегодня нет сомнения в том, что выпускники вузов должны быть не только высококвалифицированными специалистами, но и обладать хорошим здоровьем. Работодатели учитывают не только приобретенные в вузе знания и умения в профессиональной сфере, но и психофизическую пригодность выпускников. В связи с этим, в образовательном стандарте ФГОС ВО 3+ по всем направлениям подготовки бакалавров Института химии СГУ прописаны компетенции, направленные на формирование у студентов готовности применять средства физической культуры для своего физического совершенствования (ОК-8) [1]. Уровень физического совершенства личности

определяется не только количеством знаний в области физической культуры, а в первую очередь осознанной потребностью в использовании этих знаний и умений в различных видах двигательной деятельности для укрепления своего здоровья и повышения работоспособности. К сожалению, современные условия жизни оказывают значительное влияние на снижение двигательной активности студентов, что отрицательно отражается на их состоянии здоровья, физическом развитии и физической подготовленности. Этот факт подтверждают исследования, проводимые в различных регионах РФ [2]. Мониторинг контингента студентов, обучающихся в Саратовском Государственном Университете, показал, что число студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья и зачисленных в специальную медицинскую группу для занятий физической культурой, в течение 3 последних лет увеличилось и составляет в среднем 23,1% от общего числа студентов [3,4]. Такая тенденция характерна для многих учебных заведений г. Саратова. Поэтому сегодня реальная задача, которую необходимо решать преподавателям физической культуры, это повышение физической активности студентов на основе оптимизации учебных занятий и приобщение их к систематическим внеурочным и самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Цель работы: исследование отношения студентов к занятиям физической культурой (на примере студентов Института химии) и определить мероприятия по совершенствованию учебного процесса и спортивно-оздоровительной работы в вузе.

С целью определения заинтересованности и удовлетворенности занятиями внеурочной физкультурно-оздоровительной деятельностью был проведен социологический опрос студентов. В опросе приняли участие 91 студент 1-3 курсов Института химии Саратовского государственного научно-исследовательского университета имени Н.Г. Чернышевского. Анкета состояла из 10 вопросов, которые были посвящены выявлению осведомленности студентов о работе в ВУЗе спортивных секций, их отношению к участию в спортивных соревнованиях, мотивации студентов к

самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

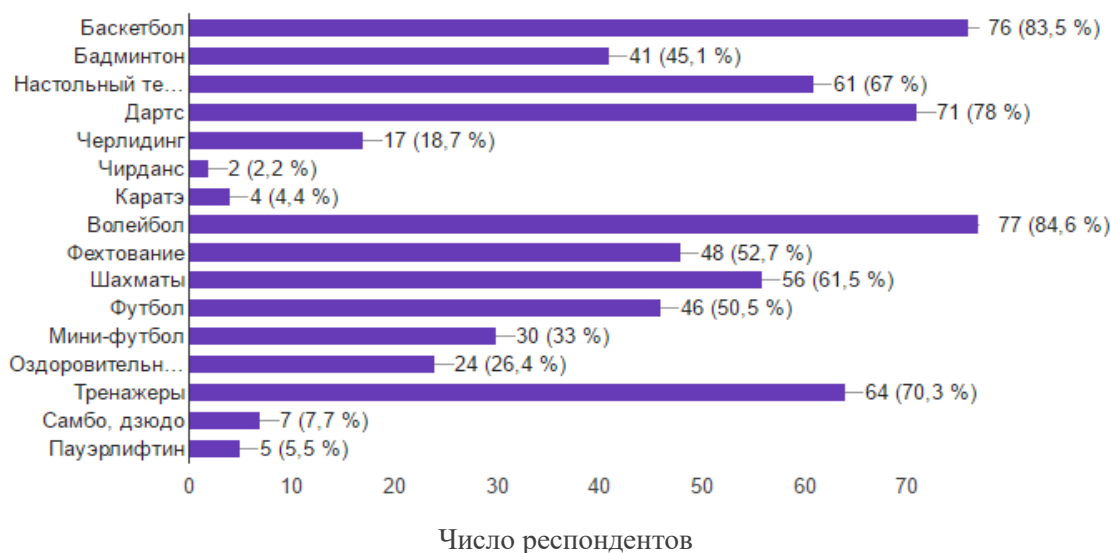


Рис. 1 Осведомленность студентов о работе спортивных секций в ВУЗе

Анализ результатов опроса показал, что о работе в ВУЗе спортивных секций осведомлены большинство (94,1%) респондентов, однако посещают секции лишь 20,9% и хотели бы заниматься 8,8% студентов. Однако у большей части студентов нет мотивации к активной двигательной деятельности, а причиной является отсутствие поблизости от места проживания спортивных сооружений и мест для занятий, неудобное расписание, большая загруженность учебой и часто необходимость совмещать учебу с работой. 93,4% опрошенных студентов знают о проводимых в университете спортивно-оздоровительных мероприятиях и соревнованиях. Принимали участие в качестве спортсменов 28,6% респондентов, а 4,4% хотели бы участвовать, но имеют ограничения по медицинским показаниям. В качестве болельщиков или просто «за компанию», или для развлечения, соревнования посещают 60,4% опрошенных студентов, а 6,6% студентов вообще не интересуется спортивной жизнью в вузе, и они категорически отказываются участвовать в подобных мероприятиях.

Студенты считают, что в спортивных секциях можно встретить интересных людей (59,3%) и поправить свое здоровье (43,9%), а на спортивно-оздоровительных мероприятиях можно весело провести время с друзьями (64,8%), Степень удовлетворенности внеурочными занятиями по физической культуре студенты оценивали по пятибалльной шкале. Полученные результаты

представлены на рис. 2а.

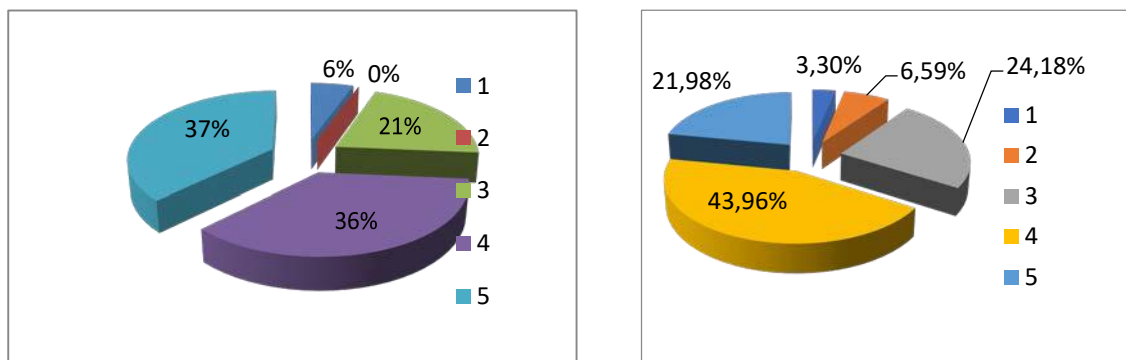


Рис. 2 Удовлетворенность студентов: а) внеурочными занятиями по физической культуре б) занятиями урочной формы.

К сожалению, в настоящее время молодое поколение не слишком заинтересовано в занятиях физической культурой. Чтобы оценить отношение студентов к занятиям урочной формы был проведен опрос 68 студентов 1 курса. Анкета содержала 10 вопросов, где студентам предлагалось оценить свою двигательную активность, личную значимость занятий физическими упражнениями, организацию и формы проведения занятий по физической культуре, свое самочувствие и настроение после занятия. В зависимости от вида вопроса предлагалось выбрать либо один из предложенных ответов, либо поставить оценку от 1 до 5 (где 5 - максимальный балл), либо выбрать один из ответов: «да», «нет», «не знаю». На вопрос о личной значимости физической культуры 47% считают физическую культуру источником здоровья, сил, средством формирования красивой фигуры, 25% - как необходимость подготовки к будущей профессиональной деятельности, 30% отметили как образ жизни и 3% рассматривают занятия упражнениями как источник усталости. Однако уровень двигательной активности только 27,9% оценивают как высокий, поскольку посещают спортивные секции, 39,7% занимаются лишь иногда, а 32,4% уделяют физической подготовке минимум времени или совсем не занимаются. Необходимость урочных занятий в вузе как основного средства поддержания здоровья в условиях дефицита двигательной активности отметили 76,5% студентов, 14,7% это положение принимают, но занимают это время более значимыми для себя занятиями, а 8,8% отметили ненужность таких занятий.

Организация и форма проведения учебных занятий устраивает 95,5% студентов, причем, большинство (45,6%) предпочитают игровые виды деятельности, 29,4% отметили легкую атлетику и 25% хотели бы заниматься другими видами двигательной деятельности (аэробика, плавание, атлетическая гимнастика, йога, теннис, скандинавская ходьба). Чувства приподнятого настроения и удовлетворения после занятий испытывают 86,8% студентов, однако у 13,2% чувство усталости преобладает. Степень удовлетворенности урочными занятиями по физической культуре студенты также оценивали по пятибалльной шкале. Полученные результаты представлены на рис. 2б.

По результатам опроса можно заключить, что студенты хорошо осведомлены о работе различных секций в ВУЗе, однако занимаются или хотели бы заниматься каким либо видом спорта менее половины опрошенных. Основной причиной они называют дефицит времени в связи с большой учебной нагрузкой и часто необходимость совмещать учебу с работой.

Поэтому их двигательная активность ограничивается обязательными учебными занятиями как необходимость для получения зачета. Отмеченное студентами желание к игровым формам занятий, необходимо использовать как инструмент мотивации двигательной активности на урочных занятиях. Следует шире использовать в учебном процессе любые формы игр, где присутствует дух соперничества и спортивной конкуренции: подвижные и спортивные игры, мини-соревнования в видах спорта по упрощенным правилам, выполнение упражнений с необычными заданиями, игры в сочетании с элементами из различных видов спорта и т.д.

Спортивно-оздоровительные мероприятия, проводимые в вузе, также направлены на восполнение дефицита двигательной деятельности студентов посредством привлечения к занятиям в секциях по видам спорта. Однако, несмотря на привлечение многих специалистов-тренеров и, как отмечалось выше, хорошей осведомленности студентов о работе секций, две трети опрошенных студентов не испытывают интереса к проводимым в вузе в течение года соревнованиям и мероприятиям. В настоящее время в условиях

конкуренции тренер-преподаватель нацелен на получение результатов своей работы за короткий срок, побед на соревнованиях, а не на привлечение новичков для достижения ими массовых разрядов. В таких условиях «вчерашние школьники», понимая свое отставание в физической и технической подготовке, испытывают психологическую не комфортность и, как правило, уже в течение семестра, заканчивают занятия в секциях.

Таким образом, проведенное исследование отношения студентов к физической культуре в целом, а в частности к организованным занятиям урочной и внеурочной форм позволяет понять их потребности в области физического воспитания и определить мероприятия по совершенствованию физкультурно-оздоровительной среды вуза.

Библиографический список

1. Приказ Минобрнауки России от 12.03.2015 N 210 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 04.03.01 Химия (уровень бакалавриата)"
2. Веселов В. И., Стулов В. В. О повышении эффективности физического воспитания студентов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 7. – С. 46–50. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95010.htm>.
3. Ларионова, О. В. Хатха-йога как вид физической нагрузки в методике оздоровления студентов / О. В. Ларионова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. — 2019. — №6(172). — С. 146-150.
4. Кожина Л. Ф. Сохранение здоровья студентов одна из задач процесса обучения / Л. Ф. Кожина, И. В. Косырева, О. В. Ларионова // Теория и практика современной науки. — 2017. — Вып. 5(23). — С. 377-382.